୬

ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏବଂ ଦକ୍ଷତା ଉପାର୍ଜନ

LEARNING PROCESS AND ACQUIRING SKILLS

ଗୋଟିଏ ନବଜାତ ଶିଶୁ ଚାଲିବା, କଥା କହିବା, ନିଜ ହାତରେ ଖାଇବା କିମ୍ବା ନିଜେ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବାକୁ ସମର୍ଥ ହେବା ଆପଣ ଦେଖିଛନ୍ତି କି ? ମା' ତାର ଛୁଆକୁ ଖୁଆଏ ଏବଂ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧାଏ ତଥା କ୍ରମଶଃ ଚାଲିବାକୁ ଏବଂ କଥା କହିବାକୁ ଶିକ୍ଷାଦିଏ । କିନ୍ତୁ ଆପଣ ଏହିସବୁ ଉପରବର୍ଣ୍ଣିତ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡିକୁ ନିଜେ କରିପାରିବେ । ଆପଣ କେବେ ଚିନ୍ତା କରିଛନ୍ତି କି ଏହି ନାଟକୀୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ କିପରି ଘଟିଥାଏ ? ଅବଶ୍ୟ ଶିକ୍ଷଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହା ଘଟିଥାଏ । ଅଧିକନ୍ତୁ ଆପଣ ସାମାଜିକ ଅଭ୍ୟାସ ଏବଂ ପ୍ରଥାସବୁକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଜଣେ ବୟସ୍କ ହିସାବରେ ଆପଣ ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତି ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଅଛନ୍ତି । ଏପରିକି, ଆପଣ ବିଭିନ୍ନ ବୃତ୍ତିଧାରୀ କୌଶଳ ଯଥା : ଟାଇପ୍ କରିବା, ପଠନ କରିବା, ବାଇସାଇକେଲ ଚଢ଼ିବା, କଥା କହିବା ଇତ୍ୟାଦି ଶିକ୍ଷା କରିଥିବେ । ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତି କିପରି ଆଚରଣ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତି ବୁଝିବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ, ଯେହେତୁ ଆମେ ଯାହା କରୁ ଏବଂ ଚିନ୍ତା କରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶିକ୍ଷଣ ଯୋଗୁଁ ଘଟିଥାଏ । ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ନିପୁଣ ହେଉ, କୌଶଳ ଲାଭ କରୁ, ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁ ଏବଂ ଜୀବନରେ ଆଗକୁ ବଢୁ । ନିଃସନ୍ଦେହ ଯେ ଶିକ୍ଷଣ କିପରି ଘଟୁଛି ନଜାଣି ଆପଣ ସାରା ଜୀବନ ଶିକ୍ଷଣ କରି ଆସୁଥିବେ । ଶିକ୍ଷଣ କିପରି ହୁଏ, ଶିକ୍ଷଣର ପଦ୍ଧତି ଏବଂ ଏହାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଉପାଦକ ବିଷୟରେ ଆପଣ ଏହି ଅଧ୍ୟାୟରେ ପଢ଼ିବେ ।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଏହି ପାଠଟି ପଢ଼ିବା ପରେ ଆପଣ :

- ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରତ୍ୟୟ ବାଖ୍ୟା କରିପାରିବେ;
- ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏବଂ ଏହାର ପରିସର ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ;
- ଶିକ୍ଷଣର ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟ ବିଷୟରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ; ଏବଂ
- କେତେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଘଟଣା ଯଥା : ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣ କ୍ରିୟା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ

ଶିକ୍ଷଣ ଅକ୍ଷମତା ବାଖ୍ୟା କରିପାରିବେ ।

୬.୧ ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରକୃତି (Nature of Learning)

ଆଘାତ ପାଇବା ପରେ ଯଦି ଗୋଟିଏ ଶିଶୁ ଜଳନ୍ତା କାଠନିଆଁ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହେ, ତେବେ ଶିକ୍ଷଣ ହୋଇଛି ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ । ଶିକ୍ଷଣ ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆଚରଣରେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ କିମ୍ବା ସଂଶୋଧନ ଘଟିଥାଏ । ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ ଯାହା ପେଶୀଜ, ସାମାଜିକ, ମାନସିକ ହୋଇପାରେ କିମ୍ବା ଏଗୁଡ଼ିକର ସଂଯୋଗକୁ 'ଆଚରଣ' ବୁଝାଏ ।

ଶିକ୍ଷଣକୁ ବାଖ୍ୟା କରାଯାଇପାରେ । ପୁନର୍ବଳନଯୁକ୍ତ ଅଭ୍ୟାସ କିମ୍ବା ଅଭିଜ୍ଞତା ଫଳରେ ଆଚରଣରେ ହେଉଥିବା କୌଣସି ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସ୍ଥାୟୀ ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଶିକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ । "Learning can be defined as the process by which any relatively permanent change in behaviour occurs as a result of practice and /or experience." ଏହି ସଂଜ୍ଞାର ତିନୋଟି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପାଦାନ ଅଛି ।

(କ) ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଭାବରେ ଭଲ କିମ୍ବା ମନ୍ଦ ପାଇଁ ଶିକ୍ଷଣ ଆଚରଣରେ ଏକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ।

(ଖ) ଏହା ଏକ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ଯାହା ଅଭ୍ୟାସ କିମ୍ବା ଅଭିଜ୍ଞତା ମାଧ୍ୟମରେ ଘଟିଥାଏ । ବୃଦ୍ଧି, ପରିପକ୍ୱନ, କ୍ଳାନ୍ତି, କିମ୍ବା ଆଘାତ ଯୋଗୁଁ ଘଟୁଥିବା ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଶିକ୍ଷଣର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରାଯାଏ ନାହିଁ । ଏହିପରି ଶିକ୍ଷଣ କୃତିରେ ଉନ୍ନତି ଆଣିଥାଏ ।

(ଗ) ଶିକ୍ଷଣ କୁହାଯିବା ପୂର୍ବରୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆପେକ୍ଷିକ ଭାବେ ସ୍ଥାୟୀ କିମ୍ବା ସ୍ଥିର ହୋଇଥାଏ, ଯାହାକି ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତିଷ୍ଠି ରୁହେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଥରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ସାଇକେଲ ଚାଳନା ଶିକ୍ଷଣ କଲେ ସେ ଏହାକୁ ଭୁଲିଯାଏ ନାହିଁ ।

ନିଜେ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ

ଆପଣଙ୍କ ଘରେ କିମ୍ବା ପଡ଼ୋଶୀ ଘରେ ୬ରୁ ୮ ମାସ ବୟସର ଶିଶୁଟିଏ ନିଶ୍ଚୟ ଥିବ । ତାକୁ ଛୋଟ କୁକୁର ଛୁଆଟିଏ ଦେଖାନ୍ତୁ ଏବଂ ସେ ଯେତେବେଳେ ଏହାକୁ ଛୁଇଁବ, ଆନନ୍ଦଦାୟକ ଶବ୍ଦଟିଏ କରନ୍ତୁ । ଶିଶୁର ଏକ ସୁଖକର ଅଭିଜ୍ଞତା ସୃଷ୍ଟି ହେବ ଏବଂ ସେ କୁକୁରକୁ ଭଲ ପାଇବାକୁ ଶିଖିବ । ଅନ୍ୟ ଏକ ଘଟଣାରେ ଯେତେବେଳେ ଶିଶୁକୁ କୁକୁର ଛୁଆଟିକୁ ଦେଖାଉଛନ୍ତି, ଏକ ଭୟ ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ଶବ୍ଦ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତୁ, ଶିଶୁର ଏକ ଅସୁଖକର ଅନୁଭୂତି ହେବ ଏବଂ ସେ କୁକୁରଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବାକୁ ଶିଖିବ । ପ୍ରଥମ ଘଟଣାରେ ଆପଣ ଶିଶୁକୁ ସକରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ

ଦ୍ୱାରା ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ଘଟଣାରେ ନକରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସୀମିତ (conditioned) କଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀ ଆପଣଙ୍କୁ ଉଦ୍ଦୀପକ-ବ୍ୟକ୍ତି-ପ୍ରତିକ୍ରିୟା (Stimulus Organism Response) ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସମ୍ପର୍କ ବୁଝିବାକୁ ସକ୍ଷମ କରାଇବ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୬.୧

୧. ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

ଶିକ୍ଷଣ ....ରେ ଯେକୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଯାହା .... କିମ୍ବା .... ଫଳରେ ଘଟିଥାଏ ।

୨. ନିମ୍ନରେ ଦିଆଯାଇଥିବା ତାଲିକାରେ ଶିକ୍ଷଣର ଗୁଣଗୁଡିକ ପାଖରେ ଠିକ୍ କିମ୍ବା ଭୁଲ ଲେଖ ।

(କ) ଶିକ୍ଷଣ ଏକ ଧାରାବାହିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ନୁହେଁ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଖ) ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା କୃତିରେ ଉନ୍ନତି ହୋଇଥାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଗ) ଶିକ୍ଷଣ ଏକ କ୍ରମିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଘ) ପରିପକ୍ୱନ କିମ୍ବା କ୍ଲାନ୍ତି ଯୋଗୁଁ ଆଚରଣରେ ଯେଉଁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦେଖାଯାଏ, ତାହା ଶିକ୍ଷଣ ଅଟେ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଉଦ୍ଦୀପକ ପ୍ରତି ଶିକ୍ଷଣ ଏକ ବିଚାରଯୁକ୍ତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଅଟେ । ପରିପକ୍ୱନ, ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତ (reflex) ଏବଂ ପ୍ରବୃତ୍ତିଗତ (instinctive) ଆଚରଣ ପରି ପ୍ରତ୍ୟୟମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରତ୍ୟୟକୁ ଭିନ୍ନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ ।

ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗୋଟିଏ ଶିଶୁର ଗୋଡର ମାଂସପେଶୀ ତାର ଓଜନକୁ ବହନ କରିବାକୁ ଶକ୍ତ ନହୋଇଛି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ଚାଲିବାକୁ ଶିଖିପାରିବ ନାହିଁ । ଏହାର ଅର୍ଥ ଯେ ପରିପକ୍ୱନ ଶିକ୍ଷଣପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରିଥାଏ । କୌଶଳ/ ଦକ୍ଷତା କିମ୍ବା ଜ୍ଞାନ ଉପାର୍ଜନ ପାଇଁ ପରିପକ୍ୱତାର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ତର ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ ।

ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ପରିପକ୍ୱନ ଉଭୟ ଆଚରଣରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିଥାନ୍ତି । ବେଳେବେଳେ ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଆଚରଣକୁ କିଏ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଛି, ବିଭେଦ କରିବା କଠିନ ହୋଇଥାଏ । ପରିପକ୍ୱତା, ସ୍ନାୟବିକ ଏବଂ ମାଂସପେଶୀୟ ସଂସ୍ଥାର ବୃଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା ଘଟୁଥିବା ବିକାଶ ଭାବେ ବିଚାର କରାଯାଇପାରେ,

ମାତ୍ର ଶିକ୍ଷଣ ଉଦ୍ଦୀପିତ ପରିସ୍ଥିତିର ପରିଣାମ ରୂପେ ବିଚାର କରାଯାଏ । ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାର ଆଚରଣ ଯେଉଁଗୁଡିକ ଶିକ୍ଷଣକୁ ଉପସ୍ଥାପନା କରେନାହିଁ ସେଗୁଡିକ ପ୍ରବୃତ୍ତିଗତ ଏବଂ ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତ କ୍ରିୟାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ। ପ୍ରବୃତ୍ତିଗୁଡିକ ଜଟିଳ ଢାଞ୍ଚାର ଆଚରଣ ଅଟେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ପକ୍ଷୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବସାବାନ୍ଧିବା ପ୍ରବୃତ୍ତିଗତ ଅଟେ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରକାର ପ୍ରାଣୀର ଆଚରଣର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷଟ ପ୍ରବୃତ୍ତିଗତ ଢାଞ୍ଚା ଅଛି, ଯେଉଁଗୁଡିକ ସେମାନଙ୍କର ବଞ୍ଚି ରହିବା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ।

ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତ କ୍ରିୟା (reflex action) ହେଉଛି ଏକ ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟର ଉଦ୍ଦୀପନା ପ୍ରତି, ଏକ ମାଂସପେଶୀ କିମ୍ବା ଗ୍ରନ୍ଥିରେ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା ଏକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ, ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟା ଏବଂ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ଅନୁକ୍ରିୟା । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆଖି ସାମ୍ନାରେ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁ ହଠାତ୍ ଗତିଶୀଳ ହେଲେ ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ଆଖିପତା ପଡିବା ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏଗୁଡିକ ସହଜାତ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଏବଂ ଅଭ୍ୟାସ ମାଧ୍ୟମରେ ଅର୍ଜନ ହୁଏ ନାହିଁ । ତେବେ ପ୍ରବୃତ୍ତିଗତ (instinctive) ଆଚରଣ ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା ସଂଶୋଧିତ ହୋଇପାରେ ।

ନିଜେ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ

ଗୋଟିଏ ତିନିମାସର ଶିଶୁକୁ ଚାଲିବାକୁ ଶିକ୍ଷାଦିଅ। ସେ କ’ଣ ଚାଲିପାରିବ ? ନା କାରଣ ତା’ର ଗୋଡ ଦୁଇଟି ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ବିକଶିତ ଏବଂ ପରିପକ୍ୱ ହୋଇନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ବର୍ଷକର ଶିଶୁକୁ ଚାଲିବା ଶିଖାଅ । ସେ କ’ଣ ଚାଲିପାରିବ ? ହଁ, କାରଣ ତା’ର ଗୋଡର ମାଂସପେଶୀଗୁଡିକ ତାର ଓଜନ ବହନ କରିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ଭାବରେ ବିକଶିତ ଏବଂ ପରିପକ୍ୱ ହୋଇଛି । ଏହା ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ପରିପକ୍ୱନ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସମ୍ପର୍କକୁ ଦର୍ଶାଉଛି ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୬.୨

୧. ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

(କ) ପରିପକ୍ୱନ ଶିକ୍ଷଣ କରିବାକୁ .... ଯୋଗାଇଥାଏ ।

(ଖ) ଶିକ୍ଷଣ ପରିପକ୍ୱନ ବିନା ଘଟି .... (ପାରେ/ପାରେ ନାହିଁ)

(ଗ) ଶିକ୍ଷଣ ହେବା ପାଇଁ .... ଏବଂ ଅଭିଜ୍ଞତା ଆବଶ୍ୟକ ।

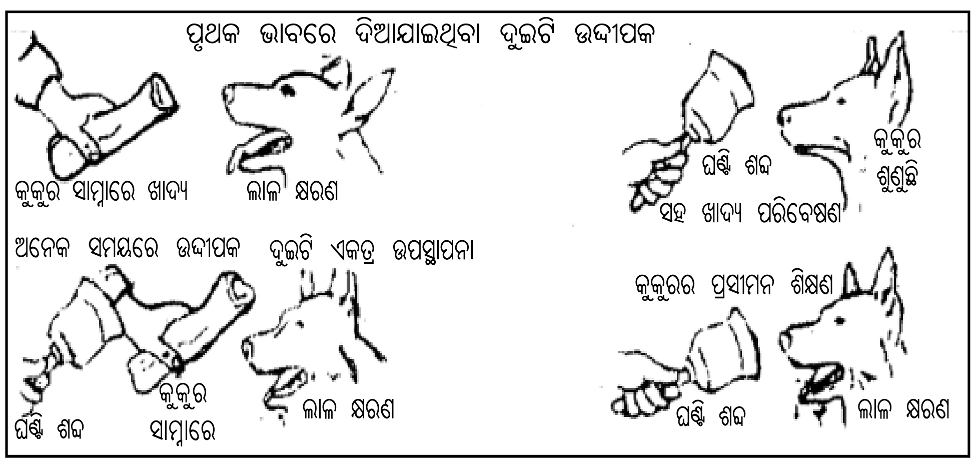
(ଘ) ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତ ଆଚରଣ ହେଉଛି ଏକ ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟର .... ପ୍ରତି କୌଣସି ମାଂସପେଶୀ ଏବଂ ଗ୍ରନ୍ଥିରେ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା .... ଏବଂ .... ଅନୁକ୍ରିୟା ।

୬.୨ ଶିକ୍ଷଣ କ୍ରିୟାରେ ମୌଳିକ ପରୀକ୍ଷଣ (Basic experiments in learning)

ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଶିକ୍ଷଣର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରାଯାଇଛି । କେତେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଶିକ୍ଷଣ ଯଥା : ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ (classical conditioning) କାର୍ଯ୍ୟ-ସାଧକ ପ୍ରସୀମନ (operant conditioning) ଅନ୍ତଃଦୃଷ୍ଟି (insight), ପ୍ରଯତ୍ନ ପ୍ରମାଦ ଶିକ୍ଷଣ (trial and error learning), ପେଶୀଜ ଶିକ୍ଷଣ (motor learning), ବାଚିକ ଶିକ୍ଷଣ (verbal learning) ଏବଂ ସାମାଜିକ ଶିକ୍ଷଣ (social learning)କୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରେ । ଏହି ବିଭାଗରେ ଆମେ ଶିକ୍ଷଣର କେତେକ ମୁଖ୍ୟ ରୂପ ବିଷୟରେ ପଢିବା ।

(କ) ପୂର୍ବ ସୂଚିତ ସଂକେତ ଶିକ୍ଷଣ : ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ (Learning Predictable Signals : Classical Conditioning)

ପ୍ରସୀମନ ସହଚର୍ଯ୍ୟ ଜନିତ ଶିକ୍ଷଣର ଏକ ରୂପ । ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣରେ ଗୋଟିଏ ଉଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ଅନୁକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସମ୍ପର୍କ କିମ୍ବା ସହଯୋଗ ସ୍ଥାପନ ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ପୂର୍ବରୁ ଥରେ ଆଘାତ ପାଇଥିବା ଗୋଟିଏ ଶିଶୁ ଜଳନ୍ତା କାଠଖଣ୍ଡଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହେ ।



ଚିତ୍ର ୬.୧ ପାଭ୍‌ଲଭ୍‌ଙ୍କର ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣ ପରୀକ୍ଷଣ

ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ଇଭାନ ପି. ପାଭ୍‌ଲଭ୍‌ଙ୍କର (୧୮୪୯-୧୯୩୬) ପରୀକ୍ଷଣରୁ ଏହାର ନାମ ପାଇଛି । ଏହାକୁ ମଧ୍ୟ ବେଳେବେଳେ ଅନୁକ୍ରିୟାତ୍ମକ ପ୍ରସୀମନ କିମ୍ବା ପାଭଲଭଙ୍କର ପ୍ରସୀମନ କୁହାଯାଏ । ପାଭ୍‌ଲଭ୍ ଦେଖିଲେ ଯେ ଠିକ୍ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯିବା ପୂର୍ବରୁ ତାଙ୍କ ପ୍ରୟୋଗଶାଳାର କୁକୁରଗୁଡିକ ସେମାନଙ୍କର ପାଟିରୁ ଲାଳ କ୍ଷରଣ କଲେ । ତାଙ୍କର ପ୍ରଥମ ପରୀକ୍ଷଣରେ ପାଭ୍‌ଲଭ୍ କୁକୁରମାନଙ୍କୁ ଖାଦ୍ୟ ପରିବେଷଣ କଲେ ଏବଂ ସେହି ଏକା ସମୟରେ କିମ୍ବା ସାମାନ୍ୟ ଟିକିଏ ସମୟ ପରେ ଘଣ୍ଟିଟିଏ ବାଜିଲା । କୋଡିଏରୁ ଚାଳିଶଥର ଘଣ୍ଟି ଏବଂ ଖାଦ୍ୟର ମିଳିତ ଉପସ୍ଥାପନା

ପରେ କୁକୁରଗୁଡ଼ିକ କେବଳ ଘଣ୍ଟି ଶବ୍ଦ ଶୁଣି ଲାଳକ୍ଷରଣ କଲେ । ଘଣ୍ଟିଶବ୍ଦ ମୂଳ ପ୍ରଭାବୀ ଉଦ୍ଦୀପକ ଖାଦ୍ୟର ସ୍ଥାନ ନେଇଥିଲା । ତେଣୁ କେବଳ ଘଣ୍ଟି ଶବ୍ଦ କୁକୁରମାନଙ୍କର ଲାଳକ୍ଷରଣ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେଲା । ଏହିପରି, ଲାଳକ୍ଷରଣ ଅନୁକ୍ରିୟା ନୂତନ ଉଦ୍ଦୀପକ ଘଣ୍ଟିଶବ୍ଦ ସହ ପ୍ରସୀମିତ ହୋଇଥିଲା ।

ପ୍ରସୀମନ ଘଟିବା ପାଇଁ ଦୁଇଟି ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ଏକ ସମୟରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରାଯିବା ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟେ । ପ୍ରୟୋଗଶାଳାରେ ଦୁଇଟି ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ଏକ ସଙ୍ଗରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରାଯାଏ କିମ୍ବା ନୂତନ ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ପୁରାତନ ଉଦ୍ଦୀପକର ସାମାନ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ ଉପସ୍ଥାପନା କରାଯାଇଥାଏ । ଯଦି ପୁରାତନ ଉଦ୍ଦୀପକ ନୂତନ ଉଦ୍ଦୀପକ ପୂର୍ବରୁ ଉପସ୍ଥାପିତ ହୁଏ, କୌଣସି ଶିକ୍ଷଣ ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ କିମ୍ବା ବହୁତ କମ୍ ପରିମାଣର ଶିକ୍ଷଣ ହୋଇଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଏକ ବାଳକଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ଦେବା ପରି ଏହା ଏକ ଅଣପ୍ରଭାବୀ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ ।

ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ନିମ୍ନାନୁସାରେ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଯାଇପାରିବ :

ଅପ୍ରସୀମିତ ଉଦ୍ଦୀପକ/ ପ୍ରାକୃତିକ ଉଦ୍ଦୀପକ (UCS) → ଅପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟା/ ପ୍ରାକୃତିକ ଅନୁକ୍ରିୟା (UCR) (ଖାଦ୍ୟ → ଲାଳକ୍ଷରଣ)

ପ୍ରସୀମିତ ଉଦ୍ଦୀପକ (CS) + ଅପ୍ରସୀମିତ ଉଦ୍ଦୀପକ (UCS) → ଅପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟା (ଘଣ୍ଟି + ଖାଦ୍ୟ → ଲାଳକ୍ଷରଣ)

ପ୍ରସୀମିତ ଉଦ୍ଦୀପକ (CS) → ପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟା (CR) (ଘଣ୍ଟି- ଲାଳକ୍ଷରଣ)

ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ (Generalization) ଏବଂ ବିଭେଦୀକରଣ/ପ୍ରଭେଦୀକରଣ (Differentiation)

ଶିକ୍ଷଣ ଚାଲିଥିବା ସମୟରେ ନୂତନ ଭାବେ ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥିବା ପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟା (CR), ଉଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ ଅନୁକ୍ରିୟା ଭିତ୍ତିରେ ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ ହୋଇପାରେ । କେତେକ ପରିମାଣରେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଥିବା ଦୁଇଟି ଭିନ୍ନ ଉଦ୍ଦୀପକ ପ୍ରତି ଯଦି ଗୋଟିଏ ସମାନ ଅନୁକ୍ରିୟା ଘଟେ, ଏହାକୁ ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ ଅନୁକ୍ରିୟା କୁହାଯାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ କୁକୁର ଘଣ୍ଟି ବାଜିଲେ ଲାଳକ୍ଷରଣ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା ପାଇଥାଏ, ସେ ମଧ୍ୟ ଯେତେବେଳେ ବଜ୍ରଟିଏ ବାଜେ ତାହାକୁ ଲାଳକ୍ଷରଣ କରିପାରେ । ଅଧିକ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଦୀପକ ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରେ ବିଭେଦ କରିବାକୁ ପଶୁକୁ ତାଲିମ ଦିଆଯାଇପାରେ । ଯଦି ଖାଦ୍ୟକୁ ବଜ୍ରଶବ୍ଦ ସହିତ ଦିଆନଯାଇ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଘଣ୍ଟିଶବ୍ଦ ସହ ଦିଆଯାଏ, ପଶୁଟି ବଜ୍ର ଶବ୍ଦକୁ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ କରେ ଏବଂ ବିଭେଦୀକରଣ ଶିକ୍ଷା କରେ ।

ଲୁପ୍ତ କ୍ରିୟା ଏବଂ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୁର୍ତ୍ତ ପୁନଃପ୍ରାପ୍ତି (Extinction and Spontaneous Recovery)

କେତେକ ପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟା ଅବାଞ୍ଛିତ ହୋଇଥିବାରୁ, ଯାହା ଦେଖାଯାଇଛି ସେଗୁଡିକ ସୌଭାଗ୍ୟବଶତଃ ବିସ୍ମରଣ ହୋଇଯାଇପାରେ ।

ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟାକୁ ଭୁଲିଯିବା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ପଦ୍ଧତି ହେଉଛି ବିନା ପୁନର୍ବଳନରେ ନୂତନ ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ବାରମ୍ବାର ଉପସ୍ଥାପନା କରିବା । କୁକୁର କ୍ଷେତ୍ରରେ, ଏହାର ଅର୍ଥ ଖାଦ୍ୟ ନଦେଇ କେବଳ ଘଣ୍ଟି ବଜାଇବା । କିଛି ସମୟ ପରେ କୁକୁର ଘଣ୍ଟି ଶବ୍ଦ ପ୍ରତି ଲାଳକ୍ଷରଣ କରିବ ନାହିଁ ଏବଂ ଅନୁକ୍ରିୟାଟି ଲୁପ୍ତ ହୋଇଯାଇଥିବ । ଲୁପ୍ତକ୍ରିୟାରେ ଅନୁକ୍ରିୟାଟି ସ୍ଥାୟୀ ଭାବରେ ବନ୍ଦ ନହୋଇ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ହେବା ପରି ଜଣାପଡେ । ପୁନର୍ବଳନ ଯୋଗାଇଦେଲେ, ଗୋଟିଏ ଲୁପ୍ତ ଅନୁକ୍ରିୟାର ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ପୁନଃଶିକ୍ଷଣ ହୁଏ ।

ଅନୁକ୍ରିୟାଗୁଡିକ ପୁନର୍ବାର ପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୁର୍ତ୍ତ ପୁନଃପ୍ରାପ୍ତି (spontaneous Recovery) କୁହାଯାଏ । ପାଭ୍‌ଲଭ୍ ତାଙ୍କ କୁକୁରକୁ ଏକ କ୍ରମିକ ଲୁପ୍ତ ପ୍ରଯତ୍ନ ଦେବାର ଗୋଟିଏ ଦିନ କିମ୍ବା ତା'ପରେ ଦେଖିଲେ ଯେ ଅନୁକ୍ରିୟା ବିଲୁପ୍ତ ହେବା ସମୟରେ ଯେତିକି ଲାଳକ୍ଷରଣ ଅନୁକ୍ରିୟା ଫେରିଆସିଲା, ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ବିପରୀତ କ୍ରମର ବିସ୍ମରଣ ଯାହାକି ପ୍ରଥମେ ଘଟିଥିବା ବିଲୁପ୍ତିକୁ ଭୁଲିଯିବା ପାଇଁ ଏକ ପ୍ରବୃତ୍ତି ।

ଆମେ ଦେଖୁ ଯେ ମନୁଷ୍ୟମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏକ ବାଇ ସାଇକେଲ ଚଳାଇବାକୁ ଶିଖିବା ଅନୁକ୍ରିୟା ଯଥା: ସନ୍ତୁଳନ ରଖିବା, ବ୍ରେକ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଇତ୍ୟାଦି ଏକ ସ୍କୁଟର ଚଳାଇବା ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ ହୁଏ । ତେବେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ସାଇକେଲ ଚଳାଇଲେ ଜଣେ ଗିଅର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ସ୍କୁଟର ଚଳାନ୍ତି, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଭେଦୀକରଣ କରନ୍ତି ଏବଂ ପୁଣିଥରେ ଗିଅର ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ଶିଖିଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ଦୀର୍ଘସମୟ ପାଇଁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ସାଇକେଲ ଏବଂ ସ୍କୁଟର ଚଳାଇବା ବନ୍ଦ କରିଦେଲେ ସେ ସାମୟିକ ଭାବରେ ସନ୍ତୁଳନ ରଖିବା ଭୁଲିଯିବେ । ଏହାକୁ ଲୁପ୍ତକ୍ରିୟା (extinction) କୁହାଯାଏ । ଯଦିଓ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଯୋଗୁଁ ପୁନଃଶିକ୍ଷଣ ଖୁବ୍‌ଶୀଘ୍ର ଘଟିଥାଏ । ଏହା ପ୍ରଥମଥର ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ଅପେକ୍ଷା ଶୀଘ୍ର ଘଟିଥାଏ । ଏହା ସ୍ୱତଃସ୍ଫୁର୍ତ୍ତ ପୁନଃପ୍ରାପ୍ତି (spontaneous recovery) ଅଟେ ।

(ଖ) ପରିଣାମ ଦ୍ୱାରା ଶିକ୍ଷଣ : କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧକ ପ୍ରସୀମନ (Learning by Consequences : Operant Conditioning)

ଅନ୍ୟ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସୀମନ ହେଉଛି କାର୍ଯ୍ୟ-ସାଧକ ପ୍ରସୀମନ (operant

conditioning) । ବି.ଏଫ୍ ସ୍କିନର କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧକ ଆଚରଣକୁ ପ୍ରାଣୀର ଐଚ୍ଛିକ ଆଚରଣ ଭାବରେ ଅଭିହିତ କରିଛନ୍ତି । କାର୍ଯ୍ୟ-ସାଧକ ପ୍ରସୀମନରେ ପୁନର୍ବଳନ ପ୍ରାଣୀର ଅନୁକ୍ରିୟା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଯେହେତୁ ଅନୁକ୍ରିୟା ପୁନର୍ବଳନ ପାଇବାରେ ଯନ୍ତ୍ର ପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ, ଏହା ମଧ୍ୟ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷଣ ଭାବେ ପରିଚିତ ।

କାର୍ଯ୍ୟ-ସାଧକ ଶିକ୍ଷଣର କେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରତ୍ୟୟ ହେଉଛି ପୁନର୍ବଳନ (reinforcement) । ପୁନର୍ବଳନଯୁକ୍ତ ଆଚରଣ ବାରମ୍ବାର ଘଟିପାରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଗୋଟିଏ ଭୋକିଲା ପାରାକୁ ବାକ୍ସରେ ରଖାଗଲା, ଯାହାର କାନ୍ଥରେ ଏକ ଆଲୋକିତ ବଟନ ଥିଲା । ପାରାଟି ବାକ୍ସର ଚାରିପାଖରେ ଏତେତେଣେ ଖୁମ୍ପିଖୁମ୍ପି କରି ବୁଲିଲା । ଶେଷରେ ଏହା ଏକ ବଟନକୁ ଖୁମ୍ପିଲା ଏବଂ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ବାକ୍ସରେ ଥିବା ଏକ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପକ୍ଷୀକୁ ସ୍ୱଳ୍ପ ଖାଦ୍ୟଶସ୍ୟ ଦେଲା । ପାରାଟି ଖାଇଲା ଏବଂ ବାକ୍ସରେ ବୁଲିବା ଚାଲୁ ରଖିଲା । ପୁଣିଥରେ ଆକସ୍ମିକ ଭାବରେ ଏହା ବଟ୍‌ନକୁ ଖୁମ୍ପିଲା ଏବଂ ପୁନର୍ବଳନ ଭାବେ ଖାଦ୍ୟ ପାଇଲା । ଶେଷରେ ପାରାଟି ତାର ଅନିୟମିତ ଆଚରଣ (ଏଠିସେଠି ଖୁମ୍ପିବା ଏବଂ ବାକ୍ସ ମଧ୍ୟରେ ବୁଲିବା) ବନ୍ଦ କଲା ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ପାଇବାକୁ ଆବଶ୍ୟକମତେ ବଟ୍‌ନକୁ ଖୁମ୍ପିଲା । ପାରାଟି ଖାଦ୍ୟ ପାଇବା ପାଇଁ ବଟ୍‌ନକୁ ଖୁମ୍ପିବାକୁ ଶିଖିଲା ।

କାର୍ଯ୍ୟ-ସାଧକ ଶିକ୍ଷଣ କେବଳ ପଶୁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସୀମିତ ନୁହେଁ । ପୁନର୍ବଳନ ମାଧ୍ୟମରେ ନୂତନ ଆଚରଣ ଶିକ୍ଷଣ କରିବାର ତତ୍ତ୍ୱ ସ୍କିନରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ (କ) ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଶିକ୍ଷଣ (programmed learning) ଦ୍ୱାରା ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ନୂତନ ସାମଗ୍ରୀ ଶିକ୍ଷାଦେବା ଏକ ପଦ୍ଧତି ଯାହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରତ୍ୟେକ ସଠିକ୍ ପଦକ୍ଷେପରେ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀ ଅନୁକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ପୁନର୍ବଳନ ପାଇଥାଏ (ଖ) ଆଚରଣରେ ବିଶୃଙ୍ଖଳା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଥିବା ଶିଶୁ ଏବଂ ବୟସ୍କମାନଙ୍କ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଆଚରଣ ସଂଶୋଧନ କୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ ।

ଶିକ୍ଷଣର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ରୂପ (Other Forms of Learing)

କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣ (Skill Learning)

କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣ ତିନୋଟି ସ୍ତରରେ ସମ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଗୋଟିଏ ସାଇକେଲ ଚଳାଇବାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟ (ସାଇକେଲ ଚାଳନା) ପାଇଁ ଯାହା ଆବଶ୍ୟକ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟର କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଉପାଦାନକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରେ । ଏହା ବୌଦ୍ଧିକସ୍ତର । ଦ୍ୱିତୀୟସ୍ତରକୁ "ସହଚାରସ୍ତର" (association stage) କୁହାଯାଏ । ଏଠାରେ କୌଶଳଟି ଭ୍ରମଶୂନ୍ୟ (accuracy) ଏବଂ ସ୍ପଷ୍ଟ (precision) ଭାବରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୁଏ । ଶେଷରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ କାର୍ଯ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ସମ୍ପାଦନ କରିବାକୁ ଚିନ୍ତା କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନଥାଏ । କୌଶଳଟି ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ

ହୋଇଥାଏ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନ ଏପରି କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଯାହାକି କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣ ଆବଶ୍ୟକ କରେ, ଯଥା : ପେଶୀଜ ଶିକ୍ଷଣ, ଚାମଚଧରି ଖାଇବା, କଥୋପକଥନ, ହସ୍ତାକ୍ଷର, ଟାଇପ୍ କରିବା, କାର୍ ଚାଳନା କରିବା ଏବଂ ବାଦ୍ୟଯନ୍ତ୍ରଟି ବଜାଇବା ଇତ୍ୟାଦି । ଏଗୁଡ଼ିକରେ, ଅନୁକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ ଏବଂ ସଠିକ୍ କରିବା ପାଇଁ ଅଭ୍ୟାସ ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ । ପେଶୀଜ କୌଶଳ ପରିବେଶିକ ଏବଂ ଆନ୍ତଃଶାରୀରିକ ଉଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ କରିବାକୁ ଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ ଆବଶ୍ୟକ କରେ ।

ବାଚିକ ଶିକ୍ଷଣ (Verbal Learning)

ଶିଶୁ ବଡ଼ ହେବା ସଂଗେ ସଂଗେ ବାଚିକ ଶିକ୍ଷଣ ଆରମ୍ଭ କରିଦେଇଥାଏ । ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଶବ୍ଦ ଏବଂ ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀର ଅର୍ଥ କ'ଣ ହୋଇଥାଏ, ପ୍ରଥମେ ଶିଶୁ ସୀମିତ ଭାବରେ ବୁଝେ । ବାଚିକ ଶିକ୍ଷଣ ହେଉଛି ଶବ୍ଦ ପ୍ରତି କିମ୍ବା ଶବ୍ଦ ସହ ଏକ ଅନୁକ୍ରିୟା ଶିକ୍ଷଣ କରିବା । ଶିଶୁ ବଡ଼ ହେବା ସଂଗେ ସଂଗେ ତାହାର ବିଭିନ୍ନ ବାଚିକ କୌଶଳ ବିକାଶରେ ଉନ୍ନତି ଘଟାଇଥାଏ, ଯଥା : ବସ୍ତୁକୁ ନାମଦେବା, ଶବ୍ଦ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବା, ଶବ୍ଦଯୋଡ଼ି ବାକ୍ୟ ତିଆରି କରିବା, କୌଣସି ବିଚାରକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ବାକ୍ୟ ଲେଖିବା ଇତ୍ୟାଦି । ସେ ସଠିକ୍ ଭାବରେ ଭାବବିନିମୟ କରିବା ପାଇଁ ଏକ ନୂଆ ଶବ୍ଦ ଭଣ୍ଡାର ଅର୍ଜନ କରେ ।

ବାଚିକ କୌଶଳ ସାଧାରଣତଃ ମନେପକାଇବା, ପୁନଃସ୍ମରଣ କରିବା, ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ କରିବା, ବସ୍ତୁକୁ ଚିହ୍ନିବା ମାଧ୍ୟମରେ ଅର୍ଜନ କରାଯାଇପାରେ । କଥା କହିବା ଏକ ଜଟିଳ କୌଶଳ ଅଟେ, ଯାହା ଉଭୟ ପେଶୀଜ, ସହ ସାଙ୍କେତିକ କିମ୍ବା ବାଚିକ କୁଶଳତା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ଶୈଶବ ସମୟରେ ଏହା ଆଂଶିକ ରୂପରେ ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତ ସ୍ୱରୀକରଣକୁ (reflex vocalisation) ଆଧାର କରି ଏବଂ ଅନୁକରଣ ତଥା ପ୍ରତିରୂପଣ (modeling) ମାଧ୍ୟମରେ ଅର୍ଜନ କରାଯାଇଥାଏ ।

ବାଚିକ ଶିକ୍ଷଣ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ସମୟରେ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ସାମଗ୍ରୀକୁ ଉପସ୍ଥାପନ କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ପଦ୍ଧତି ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାନ୍ତି । ଏଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ କ୍ରମିକ ଶିକ୍ଷଣ, ମୁକ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ (free recall) ଏବଂ ଯୁଗ୍ମ ସହଚାର ଶିକ୍ଷଣ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । କ୍ରମିକ ଶିକ୍ଷଣରେ ଯେଉଁ କ୍ରମରେ ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକ ଉପସ୍ଥାପନା (ଶିକ୍ଷଣ) କରାଯାଇଥାଏ, ସେହି କ୍ରମରେ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀକୁ ସ୍ମରଣ କରିବାକୁ କୁହାଯାଏ । ମୁକ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣରେ ଉପସ୍ଥାପନା ହୋଇଥିବା କ୍ରମରେ ଧ୍ୟାନ ନରଖି ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରତ୍ୟସ୍ମରଣ କରବି ପାଇଁ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀକୁ କୁହାଯାଏ । ଯୁଗ୍ମ ସହଚାରରେ ମୌଖିକ ସାମଗ୍ରୀକୁ ଯୁଗ୍ମ ଭାବରେ ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଏ ଯଥା : ଶଗଡ-ପୁସ୍ତକ ।

ପ୍ରତ୍ୟୟ/ଅବଧାରଣା ଶିକ୍ଷଣ (Concept Learning)

ପ୍ରତ୍ୟୟ ଏକ ବର୍ଗର ନାମ ଏବଂ ଏହାର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷଣମାନ ଅଛି । ପ୍ରତ୍ୟୟ ଶିକ୍ଷଣରେ ଉଭୟ

ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ ଏବଂ ବିଭେଦୀକରଣ ସମ୍ପୃକ୍ତ । କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦୁଇ କିମ୍ବା ତତୋଧିକ ଭିନ୍ନ ଉଦ୍ଦୀପକ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଭେଦୀକରଣ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ପଶୁଟିଏ କ'ଣ ବୋଲି ଶିଶୁ ପ୍ରଥମେ ଶିକ୍ଷଣ କରେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେ କୁକୁର ଏବଂ ଗୋଟିଏ ବିଲେଇ ଇତ୍ୟାଦି ମଧ୍ୟରେ ବିଭେଦୀକରଣ କରେ । ଏହିପରି ଗୋଟିଏ ବ୍ୟକ୍ତି ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଉଦ୍ଦୀପକ ବର୍ଗକୁ ଭିନ୍ନ ଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ପାଇଁ ଶିକ୍ଷଣ କରିଥାଏ । ସମସ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଏକ ଲକ୍ଷଣ ସମୂହର ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରିଥାଏ, ଯାହା କେତେକ ନିୟମ ସହିତ ସହ ଯୁକ୍ତ ହୋଇଛି ।

ବ୍ୟକ୍ତି ବସ୍ତୁର ବିଭିନ୍ନ ଗୁଣ ଯଥା : ରଙ୍ଗ, ଆକାର, ସ୍ଥିତି, ସଂଖ୍ୟା ଇତ୍ୟାଦି ଭିତ୍ତିରେ ପରିବେଶରେ ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ଶିଖିଥାଏ । ସେ ବସ୍ତୁର ଏକ ସମୂହରେ ଥିବା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଗୁଣ ଖୋଜିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ କୌଣସି ଶ୍ରେଣୀର ନାମ ଦେଇଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ ଶବ୍ଦ, ଯାହା ସାଧାରଣତଃ ଏକ ବସ୍ତୁକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥାଏ, ଯଥା: ଘର, କାର, ବିଦ୍ୟାଳୟ, ପଶୁ, କଣ୍ଢେଇ ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରତ୍ୟୟର ଉଦାହରଣ ଅଟେ । ପ୍ରତ୍ୟୟର ଶିକ୍ଷଣ ବିଶ୍ୱକୁ ବୁଝିବା ଏବଂ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ । ଅଧିକାଂଶ ବିଷୟ ଯାହା ଆମେ ଅଧ୍ୟୟନ କରୁ, ତାହା ପ୍ରତ୍ୟୟ ଶିକ୍ଷଣ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ।

ସାମାଜିକ ଶିକ୍ଷଣ (Social Learning)

ଆମେ ଯେତେ ବଡ଼ ହେଉ, ଆମର ପରିବେଶ ବିସ୍ତୃତ ହୋଇଯାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ଆମେ ଜନସାଧାରଣ, ବସ୍ତୁ ତଥା ଘଟଣାକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଉ । ଆମେ ନୂତନ ଅଭ୍ୟାସ ଶିଖିବା ସଂଗେ ସଂଗେ ବସ୍ତୁ, ଘଟଣାବଳୀ, ବ୍ୟକ୍ତି ଏବଂ ମନୋବୃତ୍ତି ପ୍ରତି ଆମର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣ ସଂଶୋଧନ କରିଥାଉ । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅଧିକାଂଶ ଶିକ୍ଷଣ ତାଙ୍କର ମନୋବୃତ୍ତିର ପରିବର୍ତ୍ତନ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ମନୋବୃତ୍ତି, ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥିବା ଏକ ପଦ୍ଧତି ଯାହଦ୍ୱାରା ବସ୍ତୁ, ବ୍ୟକ୍ତି, ପରିସ୍ଥିତି କିମ୍ବା ବିଚାରଧାରା ପ୍ରତି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କରାଯାଏ । ଏହା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷ, ପରିସ୍ଥିତି, ସ୍ଥାନ କିମ୍ବା ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ଅନୁକୂଳ କିମ୍ବା ପ୍ରତିକୂଳ ଅନୁକ୍ରିୟାଗୁଡିକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଭ୍ୟାସ ଏବଂ ମନୋବୃତ୍ତି ଯୋଗୁଁ ପରିବେଶରେ ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଆଦର କିମ୍ବା ଅନାଦର କରିବା ଶିଖିଥାଏ । କେତେକ ସାମାଜିକ ଅନୁକ୍ରିୟାକୁ ସମାଜ ପୁନର୍ବଳନ କରିଥାଏ । ଯଦି ଏଗୁଡିକ ସାମାଜିକ ନିୟମ ଅନୁଯାୟୀ ଗ୍ରହଣ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ତଦନୁସାରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଶିକ୍ଷଣ କରିଥିବା ଆଚରଣର ଏକ ଆକାର ମିଳିଥାଏ ।

ଅନ୍ୟସବୁ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସହିତ ସାମାଜିକ ଶିକ୍ଷଣରେ ଆଦର୍ଶ ନମୂନାର ଅନୁକରଣ କରିବା ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥାଏ । ଏହା ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହାଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରି ନୂତନ ଆଚରଣ ଶିକ୍ଷଣ କରେ । ଏହାକୁ ନମୁନା (modelling) କିମ୍ବା ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ଶିକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ କୌଣସି ପୁନର୍ବଳନ ସମ୍ପୃକ୍ତ ନଥାଏ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୬.୩

୧. ନିମ୍ନଲିଖିତକୁ ମେଳ କର

(କ) ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ	(କ) ବି.ଏଫ୍. ସ୍କିନର
(ଖ) ଯାନ୍ତ୍ରିକ ପ୍ରସୀମନ	(ଖ) ଇଭାନ ପାଭ୍‌ଲଭ୍
(ଗ) ପେଶୀଜ ଶିକ୍ଷଣ	(ଗ) ଧାରଣା ନିର୍ମାଣ କରିବାକୁ ଶବ୍ଦ ଓ ବାକ୍ୟ
(ଘ) ବାଚିକ ଶିକ୍ଷଣ	(ଘ) ସାମାଜିକ ନିୟମ ଅନୁଯାୟୀ ଆଚରଣର ମାନଦଣ୍ଡ ପ୍ରସ୍ତୁତି
(ଙ) ପ୍ରତ୍ୟୟ ଶିକ୍ଷଣ	(ଙ) ମାଂସପେଶୀୟ ଗତି
(ଚ) ସାମାଜିକ ଶିକ୍ଷଣ	(ଚ) ସାଧାରଣ ଗୁଣକୁ ଭିତ୍ତିକରି ବସ୍ତୁର ଶ୍ରେଣୀକରଣ

୬.୩ ଶିକ୍ଷଣ ବକ୍ର (Learning Curve)

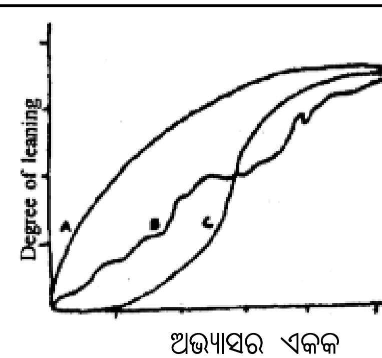
ଦିଆଯାଇଥିବା ଏକ କାର୍ଯ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିର କୃତିକୁ ନିରୂପଣ କରି ଶିକ୍ଷଣ ପରିମାପ କରାଯାଇପାରେ । ଶିକ୍ଷଣର ବେଗ, କୃତିଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ପରିମାପ କରାଯାଇ ରେଖାଚିତ୍ରରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରାଯାଇପାରେ । "ଅଭ୍ୟାସ"ର ଏକକକୁ 'x' ଅକ୍ଷ ଏବଂ "ଶିକ୍ଷଣର ମାତ୍ରାକୁ 'y' ଅକ୍ଷରେ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଯାଇପାରେ । ରେଖାଚିତ୍ରର ଅନୁପ୍ରସ୍ଥୀୟ ଅକ୍ଷ (horizontal axis) ଅଭ୍ୟାସର ପରିମାଣ କିମ୍ବା ଏକକକୁ ଦର୍ଶାଇଥାଏ । ଅନୁଲମ୍ବ (veertical axis) କୃତିର କେତେକ ପରିମାପ ଯଥା : ସଠିକ୍ ଅନୁକ୍ରିୟାର ଶତକଡ଼ା, ଲକ୍ଷ୍ୟପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ସମୟର ପରିମାଣ ଆଦି ଦ୍ୱାରା ଶିକ୍ଷଣର ମାତ୍ରାକୁ ଦର୍ଶାଇଥାଏ ।

ଚିତ୍ର ୬.୪ରେ ବକ୍ର 'କ' ଆରମ୍ଭରୁ ବହୁତ କମ୍ କିମ୍ବା କୌଣସି ଉନ୍ନତି ଦର୍ଶାଏ ନାହିଁ, ତାପରେ ତୀବ୍ର ଉନ୍ନତି ସମୟସୀମା ଆସେ । ତାପରେ ନଗଣ୍ୟ ଉନ୍ନତି କିମ୍ବା କୌଣସି ଉନ୍ନତି ଦର୍ଶାଏ ନାହିଁ, ଯାହା ଅନଭିବୃଦ୍ଧି (platean) ଅବସ୍ଥା ସୂଚାଇଥାଏ ।

ବକ୍ର 'କ' ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ତରରେ ମନ୍ଦଗତିଯୁକ୍ତ ଶିକ୍ଷଣର ସୂଚନା ଦେଉଛି, ଯାହା ପରେ ତୀବ୍ର/ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଶିକ୍ଷଣର ସୂଚନା ଦର୍ଶାଉଛି

ବକ୍ର- 'ଖ' ଅନିୟମିତ ଶିକ୍ଷଣ ଦର୍ଶାଉଛି ।

ବକ୍ର- 'ଗ' ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ତରରେ ମନ୍ଦ ଗତିଯୁକ୍ତ ଶିକ୍ଷଣର ସୂଚନା ଦେଉଛି, ଯାହା ପରେ ପରେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଶିକ୍ଷଣ ଦର୍ଶାଉଛି ।



ଚିତ୍ର ୬.୨ ଶିକ୍ଷଣବକ୍ର

କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ବ୍ୟକ୍ତିରୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଏବଂ ସମୟକୁ ସମୟ ଶିକ୍ଷଣର ଅନୁପାତ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଟାଇପ୍ ଶିଖିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜଣେ ଛାତ୍ର ପ୍ରଥମରୁ ପ୍ରଭାବୀ ଉନ୍ନତି ଦର୍ଶାଇପାରନ୍ତି । ମାତ୍ର ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କର ଟାଇପ୍ ରାଇଟିଂରେ ଉନ୍ନତି ହେବା ପୂର୍ବରୁ ଦୀର୍ଘସମୟ ପାଇଁ ସେ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ କରିଥାନ୍ତି । କେତେକେବେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଟାଇପ୍ ରାଇଟିଂରେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ତର ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇପାରନ୍ତି ଏବଂ ଏହି ସ୍ତରରେ କିଛିଦିନ ପାଇଁ ରହିବା ପରେ ସେ ଉନ୍ନତି ଦର୍ଶାଇପାରନ୍ତି । ଯେକୌଣସି ଶିକ୍ଷଣ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଶିକ୍ଷଣ ବକ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇପାରିବ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୬.୪

୧. ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

(କ) ଶିକ୍ଷଣ ବକ୍ର ସୂଚନା ଦେଉଛି ଯେ କିପରି .... ସମୟ ଅନୁସାରେ .... ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଭିନ୍ନ ହୁଏ ।

(ଖ) ଶିକ୍ଷଣ ବକ୍ର ଏକ .... ଯାହାକି .... ଏବଂ .... ଦର୍ଶାଇବା ପାଇଁ ଅଙ୍କନ କରାଯାଇଥାଏ ।

୨. ନିମ୍ନ ଉକ୍ତିଗୁଡିକ ପାଇଁ ଠିକ୍/ ଭୁଲ ଦର୍ଶାଅ ।

(କ) ଶିକ୍ଷଣ ବକ୍ରରେ ଅଭ୍ୟାସର ଏକକ (X) ଅକ୍ଷରରେ ଦର୍ଶାଯାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଖ) ଅଭ୍ୟାସ ସହ ଶିକ୍ଷଣର ଗତି ଭିନ୍ନ ହୁଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଗ) ଏକ କାର୍ଯ୍ୟରେ କୃତି ଶିକ୍ଷଣର ସୂଚନା ଦର୍ଶାଏ ନାହିଁ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

୬.୪ ଶିକ୍ଷଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଉତ୍ପାଦକ ସମୂହ (Factors influencing learning)

କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଉତ୍ପାଦକ ଶିକ୍ଷଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ନିମ୍ନରେ କେତେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଉତ୍ପାଦକ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ଏହି ଉତ୍ପାଦକଗୁଡିକ ଉଦ୍ଦୀପକ, କାର୍ଯ୍ୟ କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥାନ୍ତି ।

(କ) ପୁନର୍ବଳନ (Reinforcement)

ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ପାଇଁ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ଏବଂ ପୁନର୍ବଳନ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ଏକ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ । ପୁନର୍ବଳନ ଏପରି ଏକ ବସ୍ତୁ ଯାହା ଅନୁକ୍ରିୟାକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରେ ଏବଂ ଏହା ଘଟିବାର ସମ୍ଭାବନାକୁ ବଢାଇଥାଏ । ପୁରସ୍କାର ପୁନର୍ବଳନର ଉଦାହରଣ ଅଟେ । ପୁନର୍ବଳନ ଶିକ୍ଷଣର

ଚାବିକାଠି ଅଟେ । ଯଦି ସଠିକ୍ ରୂପରେ ଏହାକୁ ସଠିକ୍ ସମୟରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାନଯାଏ, ତାହେଲେ କୌଣସି ପରିଲକ୍ଷଣ ଯୋଗ୍ୟ ଶିକ୍ଷଣ ହେବ ନାହିଁ । ପୁନର୍ବଳନ ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଅଟେ, ଯଥା : ପ୍ରାଥମିକ ଏବଂ ଗୌଣ । ପୁନର୍ବଳନର ଉତ୍ସକୁ ପୁନର୍ବଳନକାରୀ (reinforcer) କୁହାଯାଏ ।

ପ୍ରାଥମିକ ପୁନର୍ବଳନକାରୀ (reinforcer) ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ କିମ୍ବା ସହଜାତ ପୁନର୍ବଳନର ଉତ୍ସ ଅଟେ । ଭୋକିଲା ପଶୁଟି ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ଏକ ପ୍ରାଥମିକ ପୁନର୍ବଳନ (ସକରାତ୍ମକ) ଅଟେ ।

ଅପରପକ୍ଷରେ ଏକ ଗୌଣ ପୁନର୍ବଳନକାରୀ ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥାଏ କିମ୍ବା ଅର୍ଜନ କରାଯାଇଥିବା ପୁନର୍ବଳନର ଉତ୍ସ ଅଟେ । ଏକ ଗୌଣ ପୁନର୍ବଳନକାରୀ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ପାଇଁ ନିୟମ ଅଛି ଯେ ଏହାକୁ ପ୍ରାଥମିକ ପୁନର୍ବଳନ ସହ ଯୁଗ୍ମ କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ । ପୁନର୍ବଳନର ପ୍ରଭାବ, ଏହା କିପରି ପ୍ରଦାନ /ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଛି ତାହା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ।

(ଖ) ପ୍ରତିପୁଷ୍ଟି ଫଳାଫଳ ଜ୍ଞାନ (Feedback or Knowledge of Results)

ଏହା ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରେରଣାଦାୟକ କାରକ ଅଟେ । ଯଦି ଆପଣ ପରିଣାମ କିମ୍ବା ଅନୁକ୍ରିୟାର ଜ୍ଞାନ ଉପଲବ୍ଧି କରନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କର ଶିକ୍ଷଣ ଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧି ହେବ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଟାଇପ୍ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ସମୟରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରଯତ୍ନରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନର (ନିଷ୍ପାଦନ) ଜ୍ଞାନ, ଯଥା : ବ୍ୟକ୍ତି କେଉଁଠାରେ ତ୍ରୁଟି କରିଛନ୍ତି, ଏହା ଜାଣିବା ପାଇଁ ସହାୟକ ହେବ । ବ୍ୟକ୍ତି ତଦନୁଯାୟୀ ଏହାକୁ ଠିକ୍ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିପାରନ୍ତି । ଏହା ମଧ୍ୟ ତ୍ରୁଟିର ବିଲୋପ କରିବା ଏବଂ ସଠିକତାର ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ବିଶେଷକରି ଯେତେବେଳେ ଫଳାଫଳ ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ ଅନୁକୂଳ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏହା ଶିକ୍ଷଣକୁ ପୁନର୍ବଳନ କରିଥାଏ ଏବଂ ଆଗ୍ରହ ତଥା ପ୍ରେରଣା ଚାଲୁ ରଖିଥାଏ ।

(ଗ) ଅଭ୍ୟାସର ବିତରଣ (Distribution of Practice)

ପ୍ରଯତ୍ନଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରେ ଅଭ୍ୟାସ ଅଧିବେଶନର ଦୀର୍ଘତା ଏବଂ ବିଶ୍ରାମ ବିତରଣ ଅବଧି ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଉନ୍ନତିକୁ ବ୍ୟାପକ ଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ବ୍ୟାପକ ସଂଖ୍ୟକ ପେଶୀଜ କୌଶଳରେ ଯେତେବେଳେ ସ୍ୱଳ୍ପ ତଥା ନ୍ୟାୟୋଚିତ ବିଶ୍ରାମ ଅନ୍ତରାଳ ଦିଆଯାଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଅଭ୍ୟାସ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବୀ ହୋଇଥାଏ । ଧାରାବାହିକ ଅଭ୍ୟାସ ତୁଳନାରେ ଏହା ଦ୍ରୁତ ଶିକ୍ଷଣରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ତେବେ ଅଭ୍ୟାସର ଅବଧି ବହୁତ ଦୀର୍ଘ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଧାରାବାହିକ ଭାବରେ ଏକକାଳୀନ ତିନିଘଣ୍ଟାର ଦୀର୍ଘ ଅଭ୍ୟାସ ଅଧିବେଶନ ଅପେକ୍ଷା ଯଦି ବିଶ୍ରାମ ଅନ୍ତରାଳ ଦିଆଯିବା ସହ ତିନୋଟି ଏକ ଘଣ୍ଟିକିଆ ଅଭ୍ୟାସ ଅଧିବେଶନ ରଖାଯାଏ, ତେବେ

ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ ଖେଳରେ ପ୍ରାପ୍ତ କୌଶଳର ଅଧିକ ଉନ୍ନତି ଘଟିବ । ଅଭ୍ୟାସକାଳ ମଧ ଅଧିକ ଛୋଟ କିମ୍ବା ବାରମ୍ବାର ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ, ଏହାର କାରଣ କାର୍ଯ୍ୟଟି ଛୋଟ ଏବଂ ଅର୍ଥହୀନ ଭାବରେ ବିଭାଜିତ ହୋଇଯାଇପାରେ ।

(ଘ) ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ଆଂଶିକ ଶିକ୍ଷଣ (Whole and Part Learning)

ଯଦି ଆପଣ ଏହି ପାଠକୁ ସମଗ୍ର ରୂପରେ/ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଧ୍ୟୟନ କରନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଏହାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଯିବ, ଯେହେତୁ ସମଗ୍ର ରୂପରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯିବା ତୁଳନାରେ ଭାଗ ଭାଗ କରି ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ସହଜ ହୋଇଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟଟି (ବିଷୟ) ଶିକ୍ଷଣ କରିବାକୁ ବିଶେଷ କରି ବିଚକ୍ଷଣ ଅଧ୍ୟୟନକର୍ତ୍ତାଙ୍କ (fast learning) ପାଇଁ, ଅନେକ ସମୟରେ ସମଗ୍ର ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ଛୋଟ ତଥା ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମଗ୍ରୀ ଯେଉଁଗୁଡିକ ସମଗ୍ର ଭାବରେ ସହଜରେ ସ୍ମରଣ କରାଯାଇପାରେ ଏହାକୁ ଦକ୍ଷ ପଦ୍ଧତି ଭାବରେ ବିଚାର କରାଯାଇଥାଏ । ଯଦି ବିଷୟବସ୍ତୁ ଅତ୍ୟଧିକ ଦୀର୍ଘହୁଏ ତେବେ ଏହାକୁ ଭାଗ ଭାଗ କରି ଏବଂ ପରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

(ଙ) ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣତା (Meaningfulness)

ଅଥର୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶବ୍ଦ ଯଥା : CAT, DOG, BAT, DOLL ଇତ୍ୟାଦିକୁ ଏବଂ NAD, BAB, COL, PEM ଯେଉଁଗୁଡିକ ଶବ୍ଦାଂଶ ଯାହାର ଅର୍ଥ ନାହିଁ, ଶିକ୍ଷଣ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ । ଶିକ୍ଷଣ କରିବାକୁ ଥିବା ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମଗ୍ରୀର ଅଧ୍ୟୟନ ଆପଣଙ୍କର ଶିକ୍ଷଣ ଦକ୍ଷତାକୁ ବଢାଏ, ଯଦି ଶିକ୍ଷଣ କରିବାକୁ ଥିବା ସାମଗ୍ରୀ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ ଶିକ୍ଷଣର ଗତି ଦ୍ରୁତ ହୋଇଥାଏ । ସାମଗ୍ରୀ ଯେତେ ଅଧିକ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ, ଏହାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱଳ୍ପ ପ୍ରଯତ୍ନ କିମ୍ବା ଅଭ୍ୟାସ ଅଧିବେଶନର ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଏ ।

(ଚ) ଆଗ୍ରହ/ ରୁଚି ଏବଂ ମନୋବୃତ୍ତି (Interest and Attitutde)

ପ୍ରଭାବୀ ଶିକ୍ଷଣର ଏକ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଧାରକ ତତ୍ତ୍ୱ ହେଉଛି ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯିବା ପାଇଁ ଥିବା ସାମଗ୍ରୀ ପ୍ରତି ଅଧ୍ୟୟନକର୍ତ୍ତାଙ୍କର ମନୋବୃତ୍ତି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ କିମ୍ବା ଅଧ୍ୟୟନ ପ୍ରତି ରୁଚିଥାଏ, ଯେଉଁ ରୁଚି ଆପଣଙ୍କୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତିରେ ସହାୟକ ହେବ, ଆପଣ ଶିକ୍ଷଣ କରୁଥିବା ବିଷୟବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ଅନୁକୂଳ ମନୋବୃତ୍ତି ବିକଶିତ କରିବେ ଏବଂ ଏହାକୁ ଶିକ୍ଷଣ ତଥା ସ୍ମରଣ କରିବାକୁ ନିଷ୍ଠାପର ପ୍ରୟାସ କରିବେ । ଯଦି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମନରେ ଏହି ଭାବନା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଯାଏ କୌଣସି ଏକ ବିଷୟ ଶିକ୍ଷଣ କରିବାରେ କିଛି ମୂଲ୍ୟ ହେବ ନାହିଁ, ତେବେ ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କର ଶିକ୍ଷଣର ବେଗ କିମ୍ବା ପ୍ରଗତି ଖୁବ୍ କମ୍ ହେବ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୬.୫

୧. ଶିକ୍ଷଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଉତ୍ପାଦକଗୁଡ଼ିକର ତାଲିକା କର ।

(କ) ....

(ଖ) ....

(ଗ) ....

(ଘ) ....

୨. ନିମ୍ନଲିଖିତକୁ ମେଳ କର

(କ) ଫଳାଫଳ ଜ୍ଞାନ	(କ) ଅଭ୍ୟାସ ଅଧିବେଶନର ଦୀର୍ଘତା
(ଖ) ଅଭ୍ୟାସର ବିତରଣ	(ଖ) ଶିକ୍ଷଣ ସାମଗ୍ରୀର ଦୀର୍ଘତା
(ଗ) ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବନାମ ଆଂଶିକ ଶିକ୍ଷଣ	(ଗ) ଫଳାଫଳ ଜ୍ଞାନ
(ଘ) ଶିକ୍ଷଣ ସାମଗ୍ରୀର ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣତା	(ଘ) ଉତ୍ତମ ଏବଂ ଦ୍ରୁତ ଶିକ୍ଷଣ

୩. ନିମ୍ନରେ ଦିଆଯାଇଥିବା ଉକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ ଠିକ୍/ ଭୁଲ ଉଲ୍ଲେଖ କର ।

(କ) ଯଦି ବ୍ୟକ୍ତିର ଶିକ୍ଷଣ ସାମଗ୍ରୀ ପାଇଁ ରୁଚିଥାଏ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ନେଇଥାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଖ) ବ୍ୟକ୍ତିର ଅଭିପ୍ରେରଣ ଉତ୍ତମ ଶିକ୍ଷଣ କରାଇଥାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଗ) ଶିକ୍ଷଣରେ ପୁରସ୍କାର ଏବଂ ଦଣ୍ଡର ଭୂମିକା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନୁହେଁ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଘ) ପ୍ରାଥମିକ ପୁନର୍ବଳନକାରୀଗୁଡ଼ିକ ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଙ) ଦଣ୍ଡ ଏକ ସକାରାତ୍ମକ ପୁନର୍ବଳନ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଚ) ପୁନର୍ବଳନ ଏବଂ ଦଣ୍ଡ ପ୍ରସୀମନରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

୬.୫ ଶିକ୍ଷଣ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଘଟଣା (Phenomena Related to Learning)

ଅଧ୍ୟୟନରେ ସବୁଠାରୁ ବିସ୍ତୃତ ଅନୁସନ୍ଧାନମୂଳକ କ୍ଷେତ୍ର ମଧ୍ୟରୁ ଶିକ୍ଷଣ ହେଉଛି ଗୋଟିଏ । ଫଳରେ ଗବେଷଣାକାରୀମାନେ ଏହା ମଧ୍ୟରୁ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ତଥ୍ୟ

ପାଇଛନ୍ତି । ଏଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରୁ ଅଭ୍ୟନୁକୂଳନ ତଥା ଶିକ୍ଷଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଉତ୍ପାଦକ ସହ ସମ୍ପର୍କିତ କେତେକ ବିଷୟକୁ ଆପଣ ପୂର୍ବରୁ ଅଧ୍ୟୟନ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ବିଭାଗରେ ଆପଣ ଅନ୍ୟ ତିନୋଟି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥ୍ୟର ଅଧ୍ୟୟନ କରିବେ । ସେଗୁଡିକ ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି, ଶିକ୍ଷଣର ଅକ୍ଷମତା ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣର ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରୁଛି ।

ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି (Preparedness for Learning)

ଆପଣ ଦେଖିଥିବେ ଯେ ବିଭିନ୍ନଜୀବନ ଏବଂ ପଶୁ ଯଥା: ମନୁଷ୍ୟ, ମୂଷା, ବିଲେଇ, କୁକୁରମାନେ ସମ୍ବେଦୀ ତଥା ପେଶୀଜ ଦକ୍ଷତାରେ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାନ୍ତି । କୁକୁରର ଅତିଶୟ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ନାକ ଅଛି । ଏହିପରି ବିଲେଇ ଦ୍ରୁତଗତିରେ ଲମ୍ଫ ମାରିପାରେ ଏବଂ ଦୌଡିପାରେ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରଜାତିରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ବିଭିନ୍ନତାକୁ ଅତି ନିବିଡ ଭାବରେ ସମୀକ୍ଷା କଲେ ଜଣାପଡେ ଯେ ପ୍ରାଣୀ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଜୈବିକ ସୀମାରେ କିମ୍ବା ସଂକୋଚ ମଧ୍ୟରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅନୁକ୍ରିୟାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀ ସମାନ ଭାବରେ ଇଚ୍ଛୁକ କିମ୍ବା ପ୍ରସ୍ତୁତ ନଥାନ୍ତି ଜୀବମାନଙ୍କର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ରୂପରେ ଅନୁକ୍ରିୟା କରିବା ପାଇଁ ଦକ୍ଷତା ଅଛି । ଏହିପରି ଶିକ୍ଷଣର ସମ୍ଭାବନା ତଥା ସୁଗମତା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଦିଆଯାଇଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତି ତାହାର ପ୍ରସ୍ତୁତିର ମାତ୍ରା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରିଥାଏ । ପ୍ରାଣୀ ସମସ୍ତ ଅନୁକ୍ରିୟା କିମ୍ବା ସହଚାର ପାଇଁ ସମାନ ରୂପରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହା ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ଏକ ମୁଖ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରକ ହୋଇଯାଏ ।

ଶିକ୍ଷଣ ଅକ୍ଷମତା (Learning Disability)

ଶିକ୍ଷଣ ଅକ୍ଷମତା ଏକ ବିକୃତି ଯାହାର ଫଳସ୍ୱରୂପ ପଠନ, ଲିଖନ, କଥନ ଏବଂ ଗଣିତ ପ୍ରଶ୍ନର ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ କଠିନତା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସ୍ନାୟୁସଂସ୍ଥାରେ କେତେକ ସମସ୍ୟା ଥିବାରୁ ଏହି ପ୍ରକାର ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏହା ସମ୍ବେଦୀ ଅକ୍ଷମତା କିମ୍ବା କୌଣସି ପ୍ରକାରର ମାନସିକ/ ଶାରୀରିକ ଅପାଙ୍ଗତା ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ । ଏହା ହାରାହାରି କିମ୍ବା ଉତ୍କୃଷ୍ଟତର ବୁଦ୍ଧି ଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ଘଟିଥାଏ । ଯଦି ଏହାର ଉପଚାର କରାନଯାଏ, ତେବେ ଏହି ସମସ୍ୟା ଚାଲୁ ରହେ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ବର୍ଷମାନଙ୍କରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଏବଂ ସାମାଜିକ ବିକାଶକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଶିକ୍ଷଣ ଅକ୍ଷମତା ଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କର ମୁଖ୍ୟ ଲକ୍ଷଣ ଯଥା : ଲିଖନ କିମ୍ବା ପଠନରେ କଠିନତା, ମନଯୋଗ ସମସ୍ୟା, ସ୍ୱଳ୍ପ ପେଶୀଜ ସମନ୍ୱୟ, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ବିକୃତି ଏବଂ ପରାମର୍ଶକୁ ଅନୁସରଣ କରିବା ପାଇଁ କଠିନ ହୁଏ । ଏହି ପିଲାମାନେ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିବା ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସମସ୍ୟା ହେଉଛି ପଠନ ଅକ୍ଷମତା (dyslexia) ଯେଉଁଥିରେ ଶିଶୁ ଅକ୍ଷର ଚିହ୍ନିବାରେ ବିଫଳ ହୁଏ (ଯଥା P ଏବଂ I, was ଏବଂ saw) । ଏହି ପ୍ରକାର ପିଲାମାନଙ୍କୁ ସହାୟତା କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିକାର ମୂଳକ ଶିକ୍ଷଣ (remedial) ଉପଯୋଗୀ କରାଯାଇଥାଏ ।

୬.୬ ଶିକ୍ଷଣର ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ (Trarnsfer of Learning)

ଶିକ୍ଷଣର ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯେଉଁଥିରେ ପ୍ରଥମେ ଏକ ଶିକ୍ଷଣ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନ, କୌଶଳ, ଅଭ୍ୟାସ, ମନୋବୃତ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଅନୁକ୍ରିୟାଗୁଡିକ ଅର୍ଜନ ହୋଇଥାଏ, ସେଗୁଡିକ ଅନ୍ୟ ଏକ ଶିକ୍ଷଣ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ପ୍ରୟୋଗ କିମ୍ବା ପ୍ରସାରିତ ହୋଇଥାଏ। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତି ଯିଏ ସାଇକେଲ ଚଳାଇବା ଶିଖିଛନ୍ତି, ସେ ଏକ ସ୍କୁଟର ଚଳାଇବା ସହଜରେ ଶିକ୍ଷଣ କରିଥାନ୍ତି ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟର ଅନୁଭବ କିମ୍ବା କୃତି ଅନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟର କୃତିକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଶିକ୍ଷଣର ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଦ୍ୱାରା ବସ୍ତୁକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା, ସମ୍ପର୍କକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିବା ଏବଂ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନର ଅନୁଭୂତିକୁ ଅବଧାରଣ କରିବା ଇତ୍ୟାଦି ସୁଗମ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣର ପ୍ରଭାବ କେବଳ ବୌଦ୍ଧିକ କାର୍ଯ୍ୟର ପରିସର ଏବଂ ଜଟିଳ ପେଶୀଜ କୌଶଳରେ ନୁହେଁ ବରଂ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆବେଗିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଏବଂ ମନୋବୃତ୍ତି ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପଡିଥାଏ । ଯଦି ଶିକ୍ଷଣର ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ନହୁଅନ୍ତା, ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟ ନୂତନ ରୂପେ ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଆନ୍ତା ଏବଂ ଏହା ଜୀବନକୁ ଦୁର୍ବୋଧ କରିଦିଅନ୍ତା ।

ଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣର ପ୍ରକାର (Types of Transfer of Learning)

ଏକ ନୂତନ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣର ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ତିନୋଟି ଦିଗରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । (କ) ସକରାତ୍ମକ (ଖ) ନକରାତ୍ମକ (ଗ) ଶୂନ

(କ) ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ (Positive Transfer)

ଯେତେବେଳେ ଏକ କାର୍ଯ୍ୟର ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱିତୀୟ କାର୍ଯ୍ୟଭାର ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସହଜ କରିଦିଏ, ସେତେବେଳେ ଏହାର ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ପ୍ରଭାବ ନଜରକୁ ଆସିଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ଯାହାକିଛି ଗୋଟିଏ ବିଷୟ କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟରେ ଶିକ୍ଷା କରେ, ଏହା ତାକୁ ଅନ୍ୟ ବିଷୟର ଶିକ୍ଷଣରେ ସହାୟକ ହୋଇପାରେ । ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣରେ ଜ୍ଞାନ କିମ୍ବା କୌଶଳ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇଥାଏ କିମ୍ବା ଭବିଷ୍ୟତରେ ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ।

ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ "ଘର" ଶବ୍ଦଟିକୁ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ପରେ ଶିଶୁଟିଏ ଉପଯୁକ୍ତ ଧ୍ୱନିସମ୍ବନ୍ଧୀ ନିୟମ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବ ଏବଂ ଏପରିକି "ମୂଷା" ଶବ୍ଦଟିକୁ ଶିକ୍ଷଣ ନକରି ମଧ୍ୟ ସେ ଏହି ଶବ୍ଦକୁ ସଠିକ୍ ଭାବରେ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିପାରିବ । ସେହିପରି ସାଇକେଲ ଚାଳନାର କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣ, ମୋଟର ସାଇକେଲ ଚାଳନାର ଶିକ୍ଷଣରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଯୋଗ ଏବଂ ବିୟୋଗ ନିୟମର ଶିକ୍ଷଣ ବଜାରରେ କିଣିବା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ, ବ୍ୟକ୍ତିର ନିଜର ଖୁଚୁରା ପଇସା ଗଣିବା ଏବଂ ବଳକା ପଇସାର ହିସାବ ରଖିବା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସହଜ କରିଥାଏ ।

କାର୍ ଚଳାଇବା ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏକ ଟ୍ରକ୍ କିମ୍ବା ବସ୍ ଚଳାଇବା ଶିକ୍ଷଣକୁ ସହଜ କରିଥାଏ । ଏହିସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ଶିକ୍ଷଣର ଅନୁଭୂତି ପରବର୍ତ୍ତୀ ଶିକ୍ଷଣର ଅନୁଭବକୁ ସହଜ କରିଥାଏ ।

ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ସେତେବେଳେ ହୁଏ, ଯେତେବେଳେ ଦୁଇଟି କାର୍ଯ୍ୟ କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷଣ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଆଶା କରାଯାଉଥିବା ଅନୁକ୍ରିୟାଗୁଡିକ ସମାନ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ସର୍ବାଧିକ ପରିମାଣର ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ଏବଂ ନୂତନ ଶିକ୍ଷଣ ପରିସ୍ଥିତିର ଉଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ ଅନୁକ୍ରିୟାର ଉପାଦାନଗୁଡିକ ସମାନ ହୋଇଥାନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସର୍ବାଧିକ ପରିମାଣର ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଶିକ୍ଷଣରେ ଉଦ୍ଦୀପକ- ଅନୁକ୍ରିୟା ସମ୍ପର୍କ "୫x୮=୪୦" ତଥା "୮x୫=୪୦" ପରି ସମାନ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଦ୍ଦୀପକ ଅନୁକ୍ରିୟାର ଉପାଦାନଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଥାଏ ।

(ଖ) ନକାରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ (Negative Transfer)

କେତେକ ବିଷୟବସ୍ତୁ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆସେ ଯେଉଁଥିରେ ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ଶିକ୍ଷଣ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରାପ୍ତଜ୍ଞାନ କିମ୍ବା ଅନୁଭୂତିର ପ୍ରସାରଣ ପରବର୍ତ୍ତୀ କାର୍ଯ୍ୟର ଶିକ୍ଷଣରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ନକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଫଳରେ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟର କୃତି ପରବର୍ତ୍ତୀ କାର୍ଯ୍ୟର କୃତିରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଛୋଟ ଶିଶୁର "ଘର" ଶବ୍ଦର ବହୁବଚନ ଶିକ୍ଷଣ ତା ପାଇଁ "ମୂଷା" ଶବ୍ଦର ବହୁବଚନ ଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ଅନ୍ତର୍ବାଧ ହୋଇଥାଏ । ସେ "ମୂଷା" ଶବ୍ଦର (ଇଂରାଜୀ) ବହୁବଚନକୁ "mice" ପରିବର୍ତ୍ତେ "mouses" ଉଚ୍ଚାରଣ କରିଥାଏ ।

ସାଧାରଣତଃ, ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ବରୁ ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥିବା ଶିକ୍ଷଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ନୂତନ ଶିକ୍ଷଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସମାନ କିମ୍ବା ତୁଳନାତ୍ମକ ହୋଇଥାଏ କିନ୍ତୁ ଅନୁକ୍ରିୟାଗୁଡିକ ଅସମାନ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ନକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଘଟିଥାଏ ।

(ଗ) ଶୂନ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ (Zero Transfer)

ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ରହିଛି ଯେ ଯେଉଁଠାରେ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟର ଶିକ୍ଷଣ ଅନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ ଶିକ୍ଷଣ କରିବାରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଦକ୍ଷତାକୁ କୌଣସି ରୂପରେ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ କାର୍ଯ୍ୟ ଭାରରେ ଥିବା ଉଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାଗୁଡିକରେ ଅସମାନତା ଥାଏ, ଏପରି ଘଟିଥାଏ । ଶୂନ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣରେ ନୂତନ ପରିସ୍ଥିତିର କୃତି ଅତୀତ ଶିକ୍ଷଣ ଦ୍ୱାରା ସହାୟତା ପାଇନଥାଏ କିମ୍ବା ବାଧା ପାଇନଥାଏ । ଇତିହାସ ଶିକ୍ଷଣ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ନିଜର ସଂସ୍କୃତି ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନପ୍ରାପ୍ତ ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରେ, କିନ୍ତୁ ତାର ଗଣିତ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାରେ କ୍ୱଚିତ୍ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ସେହିପରି ଫୁଟବଲ ଖେଳରେ ନିଜର କୌଶଳର ବିକାଶ ବ୍ୟକ୍ତିର ପ୍ରବନ୍ଧ ଲେଖିବା କୌଶଳରେ ଉନ୍ନତି ଆଣିବା ପାଇଁ କୌଣସି

ପ୍ରଭାବ ପକାଏ ନାହିଁ । ଟାଇପ୍ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଚିତ୍ର ଅଙ୍କନ ଶିକ୍ଷଣ ଉପରେ କୌଣସି ପ୍ରଭାବ ପକାଏ ନାହିଁ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୬.୬

୧. ଶିକ୍ଷଣ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ କ'ଣ ?

୨. ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ, ନକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଏବଂ ଶୂନ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ପ୍ରତ୍ୟେକର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ଦିଅ ।

(କ)

....

....

(ଖ)

....

....

(ଗ)

....

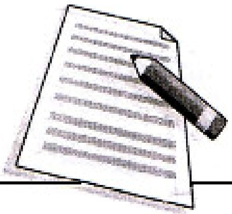
....

ଆପଣ କ'ଣ ଶିଖିଲେ

- ଅଭ୍ୟାସ କିମ୍ବା ଅଭିଜ୍ଞତା ଫଳରେ ଆଚରଣରେ ଯେଉଁ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସ୍ଥାୟୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟେ, ତାହାକୁ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଭାବେ ବାଖ୍ୟା କରାଯାଇପାରେ । ଏହା କୃତିରେ ଉନ୍ନତି ଆଣୁଥିବା ଏକ ଧାରାବାହିକ ଏବଂ କ୍ରମିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ ।
- ଶିକ୍ଷଣ ଅନ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟୟମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଭିନ୍ନ, ଯଥା : ପରିପକ୍ୱନ, ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତକ୍ରିୟା ଏବଂ ପ୍ରବୃତ୍ତି-ପ୍ରବଣ । ଆଚରଣ ଶିକ୍ଷଣ ଅଭିଜ୍ଞତାର ଫଳ ହୋଇଥିବାବେଳେ ପରିପକ୍ୱନର ପ୍ରକୃତିର ଜୈବିକ ଅଟେ ।
- ପରିପକ୍ୱନ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତିକରଣ କରିଥାଏ ଏବଂ ଏହା ସ୍ନାୟବିକ ତଥା

ମାଂସପେଶୀୟ ବିକାଶ ଯୋଗୁଁ ଘଟିଥାଏ । ଶିକ୍ଷଣ ଅଭ୍ୟାସ ଏବଂ ଅଭିଜ୍ଞତା ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଘଟିଥାଏ। ଆଚରଣରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଉଭୟ ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ପରିପକ୍ୱନର ଫଳ ।

- ଆଚରଣର କେତେକ ଜଟିଳ ଢାଞ୍ଚା ଅଛି ଯାହା ସହଜାତ, ତାହାକୁ ପ୍ରବୃତ୍ତି କୁହାଯାଏ ।
- ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତକ୍ରିୟା ଗୋଟିଏ ମାଂସପେଶୀ କିମ୍ବା ଗ୍ରନ୍ଥିର ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟର ଉଦ୍ଦୀପକ ପ୍ରତି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଏବଂ ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍ ଅନୁକ୍ରିୟା ।
- ପ୍ରସୀମନ ସହଚାର ଶିକ୍ଷଣର ଏକରୂପ । ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ପ୍ରସୀମନ ଶିକ୍ଷଣର ଏକ ସ୍ୱାୟବିକ ପ୍ରସୀମିତ ଉଦ୍ଦୀପକ (cs), ଅପ୍ରସୀମିତ ଉଦ୍ଦୀପକ (us) ସହ ଯୁକ୍ତ ଥାଏ, ଯାହା ଏକ ଅପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟା (ucr) ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଦୁଇଟି ଉଦ୍ଦୀପକୁ ବାରମ୍ବାର ଯୁକ୍ତ କରିବା ପରେ ପ୍ରସୀମିତ ଉଦ୍ଦୀପକ (cs), ଅପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟା (ucr) ସଦୃଶ ଏକ ଅନୁକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା ଏହି ଅନୁକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରସୀମିତ ଅନୁକ୍ରିୟା (cr) କୁହାଯାଏ ।
- ଉଦ୍ଦୀପକ ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ, ଉଦ୍ଦୀପକ ବିଭେଦୀକରଣ, ଲୁପ୍ତକ୍ରିୟା (extinction) ଏବଂ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୁର୍ତ୍ତ ପୁନଃପ୍ରାପ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରସୀମନ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ କେତେକ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଅଟନ୍ତି ।
- କାର୍ଯ୍ୟ ସାଧକ ପ୍ରସୀମନରେ (operant conditioning) ପୁରସ୍କାର ପାଇବାରେ ଅନୁକ୍ରିୟା ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଏବଂ ଦଣ୍ଡ ପାଇବାରେ ଏହା ପଳାୟନ ମୂଳକ ହୋଇଥାଏ । କୌଶଳ ଶିକ୍ଷଣଗତି ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଏକ ପେଶୀଜ ଅନୁକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ପାଇଁ ପରିବେଶ ଏବଂ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଦୈହିକ ଉଦ୍ଦୀପକ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସମନ୍ୱୟ ଆବଶ୍ୟକ କରେ। ଏହା ତିନୋଟି ସ୍ତରରେ ଘଟିଥାଏ, ଯଥା ଅଭିଜ୍ଞାନ, ସହଚାର ଏବଂ ସ୍ୱଚଳୀକରଣ (automation) ।
- ବାଚିକ ଶିକ୍ଷଣ ଶବ୍ଦଗୁଡିକର ବୋଧଗମ୍ୟତା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଯେପରିକି ଗୋଟିଏ ଶିଶୁ ଶବ୍ଦକୁ ଉଚ୍ଚାରଣ କରିପାରେ, ସେଗୁଡିକୁ ଯୋଗକରି ବାକ୍ୟ ଗଠନ କରିପାରେ ଏବଂ ଶବ୍ଦ ମାଧ୍ୟମରେ ବିଚାର/ମତ ବ୍ୟକ୍ତ କରିପାରେ ।
- ପ୍ରତ୍ୟୟ ଶିକ୍ଷଣ ବସ୍ତୁଗୁଡିକୁ ସେଗୁଡିକର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ଏବଂ ସାଧାରଣ ଗୁଣାବଳୀ ଭିତ୍ତିରେ ବର୍ଗୀକରଣ କରିବାକୁ ବ୍ୟକ୍ତିଠାରେ ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ କରିଥାଏ ।
- ସାମାଜିକ ଶିକ୍ଷଣ ନୂତନ ମନୋବୃତ୍ତି, ସାମାଜିକ ନିୟମ ଏବଂ ବଞ୍ଚିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବା ତଥା ଆଚରଣ ପ୍ରତିରୂପ ମାଧ୍ୟମରେ ସାମାଜିକ ଗ୍ରହଣଯୋଗ୍ୟ ଢାଞ୍ଚା ଅନୁଯାୟୀ ଆଚରଣ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ
- ଶିକ୍ଷଣର ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହା ମାଧ୍ୟମରେ ଜ୍ଞାନ କୌଶଳ, ଅଭ୍ୟାସ, ମନୋବୃତ୍ତି କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ଅନୁକ୍ରିୟାଗୁଡିକ ପ୍ରାଥମିକ ଭାବରେ ଅର୍ଜନ କରାଯାଇଥିବା ଏକ



ଶିକ୍ଷଣ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଅନ୍ୟ ଶିକ୍ଷଣ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରୟୋଗ ହୋଇଥାଏ କିମ୍ବା ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ ହୋଇଥାଏ ।

- ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣରେ ଗୋଟିଏ ପରିସ୍ଥିତିର ଶିକ୍ଷଣ, ଅନ୍ୟ ଶିକ୍ଷଣ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ସହଜ କରିଥାଏ କିମ୍ବା ସେଥିରେ ଉନ୍ନତି ଆଣିଥାଏ ।
- ନକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣରେ ଗୋଟିଏ ପରିସ୍ଥିତିର ଶିକ୍ଷଣ ଅନ୍ୟ ପରିସ୍ଥିତିର ଶିକ୍ଷଣକୁ ବାଧା ଉପୁଯାଏ ।
- ଶୂନ୍ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣରେ ଗୋଟିଏ ପରିସ୍ଥିତିର ଶିକ୍ଷଣ ଅନ୍ୟ ପରିସ୍ଥିତିର ଶିକ୍ଷଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ନାହିଁ, ଯେହେତୁ ସେହି ଦୁଇଟି ପରିସ୍ଥିତିର ଉଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ ଅନୁକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ନଥାଏ ।
- ଶିକ୍ଷଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଉପାଦକଗଣ ଯଥା : ପୁରସ୍କାର କିମ୍ବା ଦଣ୍ଡ, ଫଳାଫଳ ଜ୍ଞାନ, ଅଭ୍ୟାସର ବିତରଣ, ଶିକ୍ଷଣ କାର୍ଯ୍ୟର ବିଭାଜନ, ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣତା, ଆଗ୍ରହ /ରୁଚି ତଥା ମନୋବୃତ୍ତି ଏବଂ ଅଭିପ୍ରେରଣାକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ଶିକ୍ଷଣ କିପରି ହୁଏ, ବର୍ଣ୍ଣନା କର

୨. ନିମ୍ନଲିଖିତ ପ୍ରତ୍ୟୟଗୁଡିକରେ ଥିବା ପ୍ରଭେଦ ଦର୍ଶାଅ

(କ) ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ପରିପକ୍ୱନ (ଖ) ଶିକ୍ଷଣ, ପ୍ରତିବର୍ତ୍ତ ଏବଂ ପ୍ରବୃତ୍ତି

୩. ପ୍ରସୀମନର ଦୁଇ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରକାର ବର୍ଣ୍ଣନା କର

୪. ଆପଣଙ୍କ ମତରେ କେଉଁ ଉପାଦକ ଶିକ୍ଷଣକୁ ସର୍ବାଧିକ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ? କିପରି ?

୫. ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଶିକ୍ଷଣର ଗୁରୁତ୍ୱ କ'ଣ ?

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର ଉତ୍ତର

୬.୧ ୧ ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର

ଆଚରଣ, ଅଭ୍ୟାସ, ଅଭିଜ୍ଞତା

୨. ଠିକ୍ କିମ୍ବା ଭୁଲ

(କ) ଭୁଲ (ଖ) ଠିକ୍ (ଗ) ଠିକ୍ (ଘ) ଭୁଲ

୬.୨ ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର

(କ) ପ୍ରସ୍ତୁତି

(ଖ) ପାରେ ନାହିଁ

(ଗ) ଅଭ୍ୟାସ

(ଘ) ଉଦ୍ଦୀପକ, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ, ତତ୍କ୍ଷଣାତ୍

୬.୩

୧ (କ) -------- (ଖ)

(ଖ) -------- (କ)

(ଗ) -------- (ଙ)

(ଘ) -------- (ଗ)

(ଙ) -------- (ଚ)

(ଚ) -------- (ଘ)

୬.୪

୧. (କ) କୃତି, ଶିକ୍ଷଣ (ଖ) ରେଖା, ଅଭ୍ୟାସର ଏକକ, ଶିକ୍ଷଣର ମାତ୍ରା

୨. (କ) ଠିକ୍, (ଖ) ଠିକ୍ (ଗ) ଭୁଲ

୬.୫

୧. (କ) ଫଳାଫଳ ଜ୍ଞାନ

(ଖ) ଅଭ୍ୟାସର ବିତରଣ

(Answer to Intext Questions)

(ଗ) ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣତା

(ଘ) ରୁଚି ଏବଂ ମନୋବୃତ୍ତି

୨. (କ) -------- (ଗ)

(ଖ) -------- (କ)

(ଗ) -------- (ଖ)

(ଘ) -------- (ଘ)

୩. (କ) ଭୁଲ

(ଖ) ଠିକ୍

(ଗ) ଭୁଲ

(ଘ) ଭୁଲ

(ଙ) ଭୁଲ

(ଚ) ଠିକ୍

୬.୬

(୧) ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଏକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହାଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବରୁ ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥିବା କୌଶଳ ଗୋଟିଏ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଅନ୍ୟ ଏକ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ପ୍ରସାରିତ ହୁଏ ।

୨ (କ) ଅଙ୍କନ କରିବା ଶିକ୍ଷଣ ଲେଖିବା ଶିକ୍ଷଣ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ- ସକରାତ୍ମକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ

(ଖ) ବାମ ହାତରେ କାରଚାଳନା ପ୍ରକ୍ରିୟା ଶିକ୍ଷଣ ଡାହାଣ ହାତର କାର୍ ଚାଳନା ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଶିକ୍ଷଣକୁ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରେ - ନକରାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷଣ

(ଗ) ଫୁଟବଲ ଖେଳିବାର ଶିକ୍ଷଣ ବିଷୟ ଲିଖନ କାର୍ଯ୍ୟର ଶିକ୍ଷଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ନାହିଁ- ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ପାଇଁ ସୂଚନା

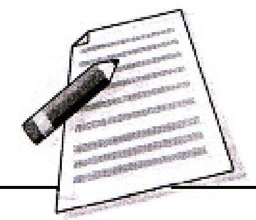
୧. *୬.୧* ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୨. *୬.୨* ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୩. *୬.୩* ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୪. *୬.୫* ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୫. *୬.୫* ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।



୭

ସ୍ମରଣ ଏବଂ ବିସ୍ମରଣ

REMEMBERING AND FORGETTING

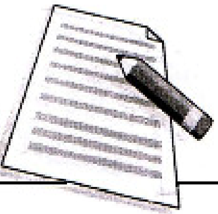
ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ନିଜର ପ୍ରଥମଦିନର ଅନୁଭୂତି ଆପଣ ମନେ ପକାଇପାରିବେ କି ?

ଆପଣ ଗତ ସପ୍ତାହରେ କେଉଁ ଦିନ ବଜାର ଯାଇଥିଲେ ?

ଆପଣ ନିଜର ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କ ନାମ କହିପାରିବେ କି ?

ଆମର ନିତିଦିନିଆ ଜୀବନରେ ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ମୃତି (memory) ସହ ଜଡିତ । ସ୍ମୃତିର ବିଲୋପ କହିଲେ ନିଜର ନିଜତ୍ୱ ହରାଇ ବସିବାକୁ ବୁଝାଏ । ଯଦି ମନୁଷ୍ୟ କୌଣସି ତଥ୍ୟ ସ୍ମରଣ କରିପାରେ ନାହିଁ, ତେବେ ତା'ର ଶିକ୍ଷଣର କିଛି ମୂଲ୍ୟ ରହେ ନାହିଁ । କେବଳ ସ୍ମୃତିର କ୍ଷମତା ବଳରେ ଆମ୍ଭେମାନେ ବିଭିନ୍ନ ଘଟଣା, ଅଭିଜ୍ଞତା, ପରିସ୍ଥିତି, ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷ ଏବଂ ବସ୍ତୁ ସହ ସମ୍ପର୍କ ରଖିବାରେ ସମର୍ଥ ହେଉ । ଯେଉଁ ବୁଝାମଣା ଶକ୍ତି ଆମେ ବ୍ୟବହାର କରୁ, ତାହା ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତି ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ସମୟ ଅବସରରେ ବିକାଶ ଲାଭ କରିଥାଏ ।

ଏହିପରି ସ୍ମରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସ୍ଥାନ ଓ ସମୟର ସଂକୁଚିତ ପରିସର ବାହାରେ ପରିଚାଳିତ ହେବା ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଗୋଟିଏ ଶିଶୁ ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହରେ ଯାହାକିଛି ଶିକ୍ଷଣ କରେ, ତାହା ସେ ବଜାର କିମ୍ବା ଘର କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାଏ । ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ଅସାଦୃଶ୍ୟ ଅନୁଭବଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥାଏ । ଏହା ପ୍ରାୟତଃ ଯାଦୁଭଳି ଏକ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ମାନସିକ ଦକ୍ଷତା । ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କର ବିକାଶ, ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ ସାମର୍ଥ୍ୟ (ମାନସିକ ଦକ୍ଷତା) ହାସଲ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଏହା ଆବଶ୍ୟକ । କେତେକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆମର ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ବିଫଳ ହୁଏ ଏବଂ ଆମେ କୌଣସି ଏକ ନାମ, ଗୋଟିଏ ସୂତ୍ର ଭୁଲିଯାଉ କିମ୍ବା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମଧ୍ୟ ଚିହ୍ନିପାରୁ ନାହିଁ । ସ୍ମୃତିଜନିତ ଅଧ୍ୟୟନ, ମନୋବିଜ୍ଞାନ ଗବେଷଣା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରାତନ ଅଧ୍ୟାୟଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ । ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ସ୍ମୃତିର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ଉପରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରି ଆସୁଛନ୍ତି । ଏହି ଅଧ୍ୟାୟରେ ଆମ୍ଭେମାନେ ସ୍ମୃତି ଶକ୍ତି କିଭଳି କାମ କରେ, କେଉଁ ଉପାଦାନଗୁଡିକ ଆମର ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ବଢାଏ କିମ୍ବା କମାଏ ଏବଂ ସ୍ମୃତିର ଅଭିବୃଦ୍ଧି କିଭଳି କରାଯାଇପାରିବ, ସେ ବିଷୟରେ ପଢିବା ।



ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଏହି ପାଠଟି ପଢିବା ପରେ ଆପଣ:

- ମନୁଷ୍ୟର ସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀର ପ୍ରକୃତି ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ;
- କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଓ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟ ଜାଣିପାରିବେ ଏବଂ ଧାରଣ ମାପିବାର ବିଭିନ୍ନ ଶୈଳୀ ଜାଣିପାରିବେ;
- ବିସ୍ମରଣର ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ;
- ଦୈନନ୍ଦିନ ସ୍ମୃତିର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ;
- ସ୍ମୃତିର ଗଠନାତ୍ମକ ପ୍ରକୃତି ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିପାରିବେ; ଏବଂ
- ସ୍ମୃତି ଅଭିବୃଦ୍ଧିର ବିଭିନ୍ନ କୌଶଳ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ ।

୭.୧ ସ୍ମୃତିର ମହତ୍ତ୍ୱ (Significance of Memory)

ସ୍ମୃତି ଏକ ଅସାଧାରଣ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏବଂ ଏକ ମାନସିକ ପ୍ରଣାଳୀ ଯାହା ଉଦ୍ଦୀପକରୁ (ବାହ୍ୟ/ଅନ୍ତର୍ନିହିତ) ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିବା ତଥ୍ୟକୁ ଧାରଣ କରେ ଏବଂ ଏହାକୁ ଭବିଷ୍ୟତରେ ପ୍ରୟୋଜନବେଳେ ଉପଲବ୍ଧି କରାଇଥାଏ । ଏହା ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ଜୀବନରେ ନିରନ୍ତରତା ଅନୁଭବ କରାଏ । ମୁହୂର୍ତ୍ତକର ଚିନ୍ତନ ଆପଣଙ୍କୁ ଜଣାଇ ଦେଇପାରେ ଯେ ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ସ୍ମୃତି ସଠିକ୍ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ ନକରେ, ତେବେ ଆପଣଙ୍କର ଜୀବନ କେତେ କଷ୍ଟକର ହୋଇଯିବ । ଆପଣ ନିଜର ପରିଚୟ କିମ୍ବା ଅସ୍ତିତ୍ୱ ହରାଇପାରନ୍ତି ଏବଂ ସବୁ ସମୟ ପାଇଁ ନୂଆ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀଟିଏ ହୋଇ ରହିଯାଇପାରନ୍ତି, କାରଣ ସ୍ମୃତିବିନା ଆପଣଙ୍କ ଅତୀତ ଶିକ୍ଷଣ ଅଭିଜ୍ଞତାର କୌଣସି ମୂଲ୍ୟ ବା ମହତ୍ତ୍ୱ ରହିବ ନାହିଁ ।

ସ୍ମୃତି ଏକ ଟେପ୍‌ରେକର୍ଡର ଭଳି, ଯାହା ଗୀତ କିମ୍ବା ସଂଗୀତ ଲିପିବଦ୍ଧ (record) କରେ ଏବଂ ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଇଚ୍ଛା କରୁ ତାହା ଶୁଣାଇଥାଏ । ଆମର ସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀ ଠିକ୍ ଏହା ହିଁ କରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଟେପ୍‌ରେକର୍ଡର ଠାରୁ ଅଧିକ ଗତିଶୀଳ ଏବଂ ବହୁମୁଖୀ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ କେହି ଆମକୁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଗୀତ ଗାଇବାକୁ କହିଥାଏ ଓ ଆମେ ତାହା ଗାଇଥାଉ, ସେତେବେଳେ ଆମର ସଂଗୀତ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସ୍ମୃତି ଟେପରେକର୍ଡର ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମାନବ ସ୍ମୃତି ଅନେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାରଣ ପାଇଁ ଟେପ ରେକର୍ଡର ଠାରୁ ଭିନ୍ନ ଅଟେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ କେବଳ ମୌଖିକ ସାମଗ୍ରୀ ନୁହେଁ ବରଂ ଆମେ ଚାକ୍ଷୁଷ ଅଭିଜ୍ଞତା, ସ୍ପର୍ଶ ଜନିତ ଧାରଣା, ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ଆନନ୍ଦର ଅନୁଭବ, ପେଶୀଜ କୌଶଳ, ଘଟଣା ସମୂହ, କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଏବଂ ଏହିପରି

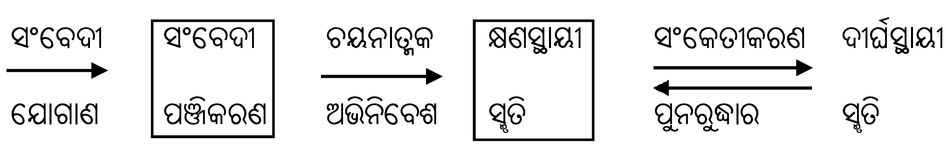
ସବୁକୁ ମନେ ରଖିଥାଉ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ସୂଚନାର ପୁନରୁଦ୍ଧାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକାଭଳି କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରର ହୋଇପାରେ । ତୃତୀୟତଃ, ନୂତନ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିବା ତଥ୍ୟ ଆମ ପାଖରେ ପୂର୍ବରୁ ମହଜୁଦ୍ ଥିବା ତଥ୍ୟ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ । ଚତୁର୍ଥତଃ, ଆମକୁ ମିଳୁଥିବା ସମସ୍ତ ତଥ୍ୟକୁ ଆମେ ଗ୍ରହଣ କରୁନାହିଁ କିମ୍ବା ଧାରଣ କରୁନାହିଁ, କାରଣ ତଥ୍ୟ ଚୟନ କରାଯାଇ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥାଏ । ପଞ୍ଚମତଃ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଟେପରେକର୍ଡରରେ ତଥ୍ୟ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସୀମା ଥିବାବେଳେ ମାନବ ସ୍ମୃତି ବହୁତ ଅଧିକ ପରିମାଣର ତଥ୍ୟ ଧାରଣ କରିବା ଲାଗି ସମର୍ଥ । ପରିଶେଷରେ ଆମର ସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀ ଏକ ସକ୍ରିୟ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ଏହା ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିବା ତଥ୍ୟ ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ଏହା ତଥ୍ୟକୁ ସମନ୍ୱୟ ସଂଯୋଗ, ସଂଶୋଧନ, ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କିମ୍ବା ଚିତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ଏହା ଟେପ୍ ରେକର୍ଡର ଭଳି ନିଷ୍କ୍ରିୟ ନୁହେଁ, ଯାହା କେବଳ ତଥ୍ୟକୁ ତାର ମୂଳ ରୂପରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରିଥାଏ ।

୭.୨ ସ୍ମୃତିର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ (Key Aspects of Memory)

ପୂର୍ବରୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଥିବା ମାନବ ସ୍ମୃତିର ବିଶେଷତ୍ୱକୁ ଆଧାର କରି ଆମେ କହିପାରିବା ଯେ ସ୍ମୃତି ଏକ ବୋଧାତ୍ମକ ସକ୍ରିୟ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ। ଏହା ତଥ୍ୟ ଗ୍ରହଣ, ସଂକେତୀକରଣ, ସଂଶୋଧନ, ଗଚ୍ଛିତ କରଣ ଏବଂ ତଥ୍ୟର ପୁନରୁଦ୍ଧାର କରିଥାଏ । ଏହି ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକୁ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଉ ।

ସଂକେତୀକରଣ (encoding) କହିଲେ, ଆଗତ ଉଦ୍ଦୀପନାକୁ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସ୍ନାୟବିକ ସଂକେତରେ ରୂପାନ୍ତର ହେବାକୁ ବୁଝାଏ, ଯାହାକୁ ବ୍ୟକ୍ତିର ମସ୍ତିଷ୍କ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ (processing) କରିଥାଏ ।

ଧାରଣ (storage) କହିଲେ ସଂକେତୀକରଣ ହୋଇଥିବା ତଥ୍ୟ/ ସୂଚନାକୁ କିଛି ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଧାରଣ କରିବାକୁ ବୁଝାଏ । ପୁନରୁଦ୍ଧାର (retrival) ହେଉଛି ପରବର୍ତ୍ତୀ ପ୍ରୟୋଜନ ପାଇଁ ଗଚ୍ଛିତ କିମ୍ବା ଧାରଣ ହୋଇଥିବା ସୂଚନାର ପୁନଃପ୍ରାପ୍ତିକୁ ବୁଝାଇଥାଏ । ସ୍ମୃତିର ଏହି ଉପାଦାନଗୁଡ଼ିକ ଚିତ୍ର ୭.୧ରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।



ଚିତ୍ର ୭.୧ ମାନବସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀର ସାଧାରଣ ପ୍ରତିରୂପ

ଆମେ ନିଜର ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକ ମାଧ୍ୟମରେ ତଥ୍ୟ ଏକତ୍ର କରିଥାଉ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସଂବେଦୀ ରୀତିର (modality) ନିଜସ୍ୱ ସଂବେଦୀ ପଞ୍ଜିକା (କିମ୍ବା ସଂବେଦୀ ସ୍ମୃତି) ରହିଥାଏ। ଏହା ଖୁବ୍ ସ୍ୱଳ୍ପ

ସମୟ ପାଇଁ ତଥ୍ୟ ଧାରଣ କରିଥାଏ। ତାପରେ ଏହା ପରବର୍ତ୍ତୀ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ ପାଇଁ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିକୁ ତଥ୍ୟ ପ୍ରେରଣ କରେ । ବର୍ତ୍ତମାନ, ସ୍ମୃତିର ତିନି ପ୍ରମୁଖ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ବୁଝାଯାଉ ।

ସାମ୍ବେଦିକ/ସଂବେଦୀ ସ୍ମୃତି (Sensory Memory)

ଆପଣଙ୍କ ସାମ୍ନାରେ ଗୋଟିଏ ଚିତ୍ର ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ କିଛି ସମୟ ସ୍ଥିର ଭାବେ ନିରୀକ୍ଷଣ କରନ୍ତୁ । ଏବେ ନିଜର ଆଖି ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ ଏବଂ କେତେ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚିତ୍ରଟିର ଏକ ସ୍ୱଷ୍ଟ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ପ୍ରତିଫଳିତ ହେଉଛି ଲକ୍ଷ୍ୟ କରନ୍ତୁ । ଗୋଟିଏ ବସ୍ତୁର ସ୍ୱଷ୍ଟ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଆମର ସଂବେଦୀ ସ୍ମୃତିରେ ହାରାହାରି ୧/୨ ସେକେଣ୍ଡ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଥାଏ । ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ପ୍ରସାରିତ ହେଉଥିବାବେଳେ ସଂବେଦୀସ୍ମୃତି ସଂବେଦୀ ପ୍ରଣାଳୀ ମଧ୍ୟରେ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ।

ଆମେ ଯାହା ମନେ ରଖିବାକୁ ସମର୍ଥ ହେଉ ତାହା ବ୍ୟାପକ ଭାବେ ସଂବେଦୀ ସ୍ମୃତିରେ ଥରେ ପହଞ୍ଚିଥିବା ତଥ୍ୟର ଅବସ୍ଥା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଆମେ ନିରନ୍ତର ଭାବରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସଂବେଦୀ ଉଦ୍ଦୀପକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଦୀପିତ ହୋଇଥାଉ । ଯେହେତୁ ଆମେ ସେସବୁଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିପାରିବା ନାହିଁ, ଆମକୁ କେବଳ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ କରିବାକୁ ହୁଏ। ଏହା ଚୟନାତ୍ମକ ଅଭିନିବେଶ ଦ୍ୱାରା ସମ୍ଭବ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ପରିବେଶରୁ ଆସୁଥିବା ତଥ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ସୀମିତ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଚୟନାତ୍ମକ ଅଭିନିବେଶ ଦ୍ୱାରା ତଥ୍ୟ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ (STM) ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି/ ଅଳ୍ପକାଳିକ ସ୍ମୃତି ଏହି ତଥ୍ୟକୁ କିଛି ସେକେଣ୍ଡ ଲାଗି ଧାରଣ କରି ତା'ପରେ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିକୁ ପ୍ରସାରଣ କରିଥାଏ, ଯାହାର ତଥ୍ୟ ଧାରଣ ପାଇଁ ଅଧିକ କ୍ଷମତା ରହିଥାଏ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୭.୧

ସଠିକ୍ ବିକଳ୍ପ ବାଛ ।

୧. ସ୍ମୃତି ....ଟି ସ୍ତରକୁ ନେଇ ଗଠିତ ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରାଯାଏ ।

(କ) ଏକ

(ଖ) ଦୁଇ

(ଗ) ତିନି

(ଘ) ଚାରି

୨. ଚାକ୍ଷୁଷ ତଥ୍ୟ/ ସୂଚନା ସଂବେଦୀ ପଞ୍ଜିକାରୁ ଲିଭିବା ପାଇଁ ପାଖାପାଖି କେତେ ସମୟ ନେଇଥାଏ ?

(କ) ପାଖାପାଖି ଏକ ସେକେଣ୍ଡ୍

(ଖ) କିଛି ସେକେଣ୍ଡ୍‌ରୁ ଏକ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ

(ଗ) କେତେକ ମିନିଟ୍

(ଘ) ସାଧାରଣତଃ ଏକ ଘଣ୍ଟା କିମ୍ବା ଅଧିକ

୩. ଅଗତ୍ୟା ତଥ୍ୟ ସ୍ମୃତି ପ୍ରତିରୂପରେ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପୂର୍ବରୁ, ସର୍ବପ୍ରଥମେ ଏହାକୁ

(କ) ଧ୍ୟାନ ଦିଆଯିବ

(ଖ) ଗଚ୍ଛିତ କରାଯିବ

(ଗ) ବ୍ୟାପକ ଭାବରେ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରାଯିବ

(ଘ) ପୁନରୁଦ୍ଧାର କରାଯିବ

୭.୩ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଏବଂ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (Short Term Memory and Long-Term Memory)

ଆମେ ଶିକ୍ଷଣ କଲେ ଯେ ମାନବସ୍ମୃତି ତିନୋଟି ଅନ୍ତଃସମ୍ବନ୍ଧିତ ଉପପ୍ରଣାଳୀ ଯଥା : ସମ୍ବେଦୀ ପଞ୍ଜୀକରଣ, କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଏବଂ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିକୁ ନେଇ ଗଠିତ । ସମ୍ବେଦୀ ପଞ୍ଜିକା ନାମରୁ ଯାହା ଜଣାପଡୁଛି ଏହା ପରିବେଶରୁ ଆସୁଥିବା ତଥ୍ୟକୁ ବହୁତ କମ୍ ସମୟ ଯଥା : କିଛି ମିଲିସେକେଣ୍ଡ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉପଲବ୍ଧ କରାଏ । ଧାରଣ (retention) ଯାହା ଭବିଷ୍ୟତରେ ତଥ୍ୟର ପ୍ରୟୋଗ ଲାଗି ଭିତ୍ତିଭୂମି ନିର୍ମାଣ କରିଥାଏ, ମୁଖ୍ୟତଃ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ତଥା ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ସହ ଜଡିତ । କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଏବଂ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି କ'ଣ ? ଆସନ୍ତୁ, ଆଲୋଚନା କରିବା ।

କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଏବଂ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ପ୍ରକୃତି ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟ ପରସ୍ପର ଠାରୁ ଭିନ୍ନ । ଏଗୁଡିକୁ ଧାରଣ କ୍ଷମତା, ଅବଧି, ଧାରଣ କରାଯାଇଥବା ତଥ୍ୟର ପ୍ରକାର ଏବଂ ବିସ୍ମୃତିର କାରଣ ଭିତ୍ତିରେ ବିଭେଦ କରାଯାଇପାରେ । ଏହି ଭିନ୍ନତା ସାରଣୀ-୧ରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (Short Term Memory (STM)

ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ଅଧ୍ୟୟନ କରୁଛନ୍ତି ମୁହୂର୍ତ୍ତଟିଏ ପାଇଁ ଉପରକୁ ଚାହିଁ ନିଜ ଚାରିପାଖକୁ ଦେଖନ୍ତୁ । ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆପଣଙ୍କ ମନରେ କେଉଁ ଭାବନା ଜାତ ହେଉଅଛି ? ଆପଣ ଜାଣିଛନ୍ତି କି ଏବେ ଆପଣ କ'ଣ କଲେ ? ଆପଣ ନିଜର କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ଅନ୍ତର୍ବସ୍ତୁଗୁଡିକୁ

ଚିହ୍ନଟ କଲେ ? କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିକୁ "କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସ୍ମୃତି" (working memory) ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆପଣ ଟେଲିଫୋନ ଡାଏରୀରୁ ଗୋଟିଏ ନମ୍ବର ଦେଖିଲେ । ଟେଲିଫୋନରେ କଥା ହେବା ପରେ ଡାଏରୀକୁ ପକେଟ୍‌ରେ ରଖିଦେଲେ । ଖୋଜିବା ଏବଂ ଟେଲିଫୋନ ନମ୍ବର ବ୍ୟବହାର କରିବା କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ଏକ ଉଦାହରଣ । ନମ୍ବର ଡାଏଲ କରିବା ପରେ ଆପଣ ପୁଣିଥରେ ଏହାକୁ ଭୁଲିଗଲେ ।

ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (Long Term Memory (LTM)

ଆପଣ ନିଜ ବାଲ୍ୟବନ୍ଧୁଙ୍କର ନାମ ମନେ ପକାଇପାରିବେ ? ଆପଣ କେବେ ଭାବିଛନ୍ତି ଆପଣ କିପରି ବହୁତ ଦିନ ତଳେ ଘଟିଥିବା କଥା/ ଘଟଣା ମନେ ରଖିପାରିଛନ୍ତି ? ଏହା କେବଳ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ପାଇଁ ସମ୍ଭବ । ସମ୍ବେଦୀ ସ୍ମୃତି ଏବଂ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ସମୟର ଅବଧି ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନଥାଏ । ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଆମ ସହ ସାରା ଜୀବନ ରହିପାରେ । ଏହା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ଯେଉଁଥିରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ତଥ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ଗଚ୍ଛିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ ।

ସାରଣୀ-୧ : କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ଏବଂ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ତୁଳନା (comparision of Short-Term Memory (STM) and Long Term- Memory (LTM)

ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ (Features)	କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (STM)	ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (LTM)
କ୍ଷମତା	୭ ଏକାଂଶ ବା ଖଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୀମିତ	ଅସୀମିତ
ଅବଧି	ସାଧାରଣତଃ ୩୦ ସେକେଣ୍ଡ କିନ୍ତୁ ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ତାହା ଭିନ୍ନ ହୋଇପାରେ	କିଛି ଦିନରୁ ଜୀବନକାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିପାରେ
ସୂଚନାର ପ୍ରକାର	ଦୃଶ୍ୟ ବିମ୍ବ, ଧ୍ୱନି, ଶବ୍ଦ, ବାକ୍ୟ	ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ମୌଖିକ ସାମଗ୍ରୀ, ଜୀବନର ଘଟଣାବଳୀ
ବିସ୍ମରଣର କାରଣ	ନୂତନ ତଥ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ପୁରାତନ ସୂଚନାର ବିସ୍ଥାପନ, ସ୍ୱଚ୍ଛତା	ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ସାମଗ୍ରୀର ସଂଗଠନ

ସାରଣୀ-୧ରୁ ଏହା ସ୍ପଷ୍ଟ ଯେ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର କ୍ଷମତା ସୀମିତ ଏବଂ ସ୍ୱଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ତିଷ୍ଠି ରହିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର କୌଣସି ସୀମା ନଥାଏ । ଲୋକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗଳ୍ପ ଓ ଗୀତ ମନେ ରଖିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନତା ଦେଖାଯାଏ । ବେଦଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଗୋଟିଏ ପିଢ଼ିରୁ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପିଢ଼ିକୁ ମୌଖିକ ପରମ୍ପରା ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇଅଛି । ଏପରି ବିଦ୍ୱାନ

ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ତଥାପି ବେଦ, ରାମାୟଣ ଏବଂ ମହାଭାରତ ପ୍ରତିଧାରଣ କରିଛନ୍ତି ଏବଂ ଆବୃତ୍ତି କରିପାରୁଛନ୍ତି ।

ଆମେ ଦେଖୁ ଯେ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ ଥିବା ସୂଚନାଂଶ ସରଳ ଏବଂ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଭାବେ କମ୍ ସଂଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଅପରପକ୍ଷରେ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ତଥ୍ୟ ଅନୁଭବର ବ୍ୟାପକ ପରିସୀମାକୁ ନେଇ ଗଠିତ । ଏଗୁଡିକ ଅନେକ ସମୟରେ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ସଂଗଠିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏଥିରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅମୂର୍ତ୍ତ କାଳ୍ପନିକ ତଥ୍ୟ (abstract theoretical knowledge) ବ୍ୟାପକ ଭାବରେ ବିଦ୍ୟମାନ ଥାଏ ।

ପରିଶେଷରେ ଏହି ଦୁଇ ସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀରେ ବିସ୍ମୃତିର କାରଣ ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନ । କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ ନୂତନ ତଥ୍ୟ ପ୍ରବେଶ କରିବା ଯୋଗୁଁ ପୁରାତନ ତଥ୍ୟ ବିସ୍ଥାପିତ ହୋଇଥାଏ । ଫଳରେ ପୁରାତନ ତଥ୍ୟ ବିସ୍ମରଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଘଟଣା, ଅଭିଜ୍ଞତା ଏବଂ ଉଦ୍ଦୀପନା ଧାରଣ ହୋଇଥାଏ । ବିସ୍ମୃତି ଅନେକ କାରଣରୁ ଘଟିଥାଏ, ଯେପରିକି ଗୋଟିଏ ତଥ୍ୟ ଅନ୍ୟ ତଥ୍ୟ ଉପରେ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ହେବା, ଗଚ୍ଛିତ ତଥ୍ୟରେ ସଂଗଠନର ଅଭାବ ଏବଂ ପୁନରୁଦ୍ଧାର ସମୟରେ ଉପଯୁକ୍ତ ସଂକେତର ଅନୁପସ୍ଥିତ ହେବା ।

ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଦର୍ଶୀ ସ୍ମୃତି (Eye Witness Memory)

ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଦୁର୍ଘଟଣା କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ଘଟଣାଗୁଡିକର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଦର୍ଶୀ ବିବୃତି ସଂଗ୍ରହ କରୁ, ସେତେବେଳେ ମାନବ ସ୍ମୃତି ଗୋଟିଏ ସକ୍ରିୟ ପ୍ରକ୍ରିୟା ହିସାବରେ ଆହ୍ୱାନ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଅନେକ ସମୟରେ ଲୋକମାନେ ନିଜେ ପ୍ରତ୍ୟାଶା କରିଥିବା ରୂପରେ ଦେଖିଥିବା ଘଟଣାକୁ ଅର୍ଥକରଣ କରନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ମୃତିରେ ମଧ୍ୟ ତାହା ହିଁ ପ୍ରତିଫଳିତ କରିଥାଏ । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଆମେ ସକ୍ରିୟ ଭାବରେ ଆମର ସ୍ମୃତିକୁ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରିଥାଉ ଏବଂ ପରିସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ ଆମେ ଧାରଣ କରିଥିବା ମନୋକଳ୍ପ ଏବଂ ବିଶ୍ୱାସରେ ତାହାକୁ ଉପଯୋଗ କରୁ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଗୋଟିଏ ସ୍ମୃତିର ମୋଟାମୋଟି ଅର୍ଥ ବା ପୂର୍ବାପର ପ୍ରସଙ୍ଗ ଦେଖୁ, ସେତେବେଳେ ଘଟଣାର ସଠିକତା ନିରୂପଣ କରୁ । ବହୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିସ୍ତୃତ ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ଯୋଗୁଁ ସ୍ମୃତିର ଅତି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ ସାମିଲ ହୋଇନଥାଏ ।

ଆତ୍ମକଥାତ୍ମକ ସ୍ମୃତି (Autobiographical Memory)

ଏହି ପ୍ରକାରର ସ୍ମୃତି ଲୋକମାନଙ୍କର ନିଜସ୍ୱ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅନୁଭବକୁ ବୁଝାଏ । ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡେ, ଆତ୍ମ କଥାତ୍ମକ ସ୍ମୃତି ତିନୋଟି ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତରରେ ସଂଗଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଉଚ୍ଚତମ ସ୍ତର ସାରା ଜୀବନର ସମୟକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ । ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନର କିଛି ଦିଗ

ଯଥାଚିତ ଭାବରେ ବିଦ୍ୟମାନ ଥାଏ (ଯଥା : କାହାରି ସହ ଏକତ୍ର ରହିବା, କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସଂଗଠନ ଲାଗି କାମ କରିବା) । ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ତର ସାଧାରଣ ଘଟଣାକୁ ନେଇ ଗଠିତ । ଏଗୁଡ଼ିକ କିଛିଦିନର କିମ୍ବା ମାସର ମୁଖ୍ୟ ଘଟଣାକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରେ, (ଯଥା : ସମ୍ମିଳନୀ, ଯାତ୍ରା କରିବା କିମ୍ବା ଗସ୍ତ ସମ୍ପର୍କିତ ଅଭିଜ୍ଞତା) ତୃତୀୟ ସ୍ତର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଘଟଣା ଜନିତ ଜ୍ଞାନକୁ ନେଇ ଗଠିତ । ଏହା ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଘଟଣା କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତର ଏବଂ ସମୟରେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ସହିତ, ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନର ସ୍ମୃତିକୁ ସଂଗଠିତ କରି ରଖିଥାଉ ।

ଧାରଣର ପରିମାପ (Measurement of Retention)

ଦୁଇ ପ୍ରକାର ମାପନୀ ସାହାଯ୍ୟରେ ସ୍ମୃତିର ପରିମାପ କରାଯାଏ ଯଥା : ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ/ସ୍ୱଷ୍ଟ (explicit) ଏବଂ ପରୋକ୍ଷ/ ଅସ୍ୱଷ୍ଟ (implicit) । ସ୍ୱଷ୍ଟ ଉପାୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଗଚ୍ଛିତ ଥିବା ସ୍ମୃତିର କିଛି ତଥ୍ୟ ମନେ ପକାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ପୂର୍ବରୁ ଅନୁଭବ କରିଥିବା ଘଟଣା ବା ସାମଗ୍ରୀକୁ ମନେ ପକାଇବା ପାଇଁ ସୁଚିନ୍ତିତ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରିଥାଏ । ଏହିପରି ସ୍ମୃତିରେ ସ୍ୱଷ୍ଟ ମାପନୀର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥାଏ । ଅସ୍ୱଷ୍ଟ ଉପାୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଏପରି କିଛି କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ସ୍ମୃତିର ପୁନରୁଦ୍ଧାର ପାଇଁ କିଛି ସୁଚିନ୍ତିତ କିମ୍ବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟମୂଳକ ପ୍ରୟାସ କରାଯାଏ ନାହିଁ । ଏବେ ଆମେ କେତେକ ମାପନୀ ବିଷୟରେ ବିସ୍ତୃତ ଭାବେ ଆଲୋଚନା କରିବା ।

ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ/ ସ୍ୱଷ୍ଟ ପରିମାପ (Explicit Measures)

ପୁନଃସ୍ମରଣ (Recall) : ପୁନଃସ୍ମରଣ ପଦ୍ଧତିରେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପ୍ରଥମେ କିଛି ଶବ୍ଦାବଳୀ ଶିଖିବାକୁ ହୁଏ । ତା'ପରେ ତାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିଥିବା ସାମଗ୍ରୀର ସ୍ମରଣ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ସଠିକ୍ ଭାବରେ ପୁନଃ ସ୍ମରଣ କରାଯାଇଥିବା ଶବ୍ଦର ସଂଖ୍ୟା ସ୍ୱଷ୍ଟ/ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସ୍ମୃତିର ପରିମାପ କରିଥାଏ । ଶିକ୍ଷଣ କରିଥିବା ଗୋଟିଏ କାହାଣୀର ସଠିକ୍ ପୁନରାବୃତ୍ତି କରିବା ସ୍ୱଷ୍ଟ/ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସ୍ମୃତିର ମାପ ଦର୍ଶାଇଥାଏ ।

ପ୍ରତ୍ୟଭିଜ୍ଞାନ (Recognition) : ପ୍ରତ୍ୟଭିଜ୍ଞାନ ପଦ୍ଧତିରେ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀକୁ ପୂର୍ବରୁ ଶିଖିଥିବା ସାମଗ୍ରୀ କିମ୍ବା ଶବ୍ଦ ସହ କେତେକ ନୂତନ ସାମଗ୍ରୀ ମିଶାଇ ଦିଆଯାଇଥାଏ ଏବଂ ତାକୁ ଏହି ମିଶ୍ରିତ ତାଲିକାରୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିଥିବା ସାମଗ୍ରୀକୁ ଚିହ୍ନାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ, ପ୍ରତ୍ୟଭିଜ୍ଞାନ, ପୁନଃସ୍ମରଣ ଠାରୁ ଅଧିକ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ପରିମାପନୀ ଅଟେ ।

ଅସ୍ୱଷ୍ଟ/ ପରୋକ୍ଷ ପରିମାପ (Implicit Measures)

ଶବ୍ଦ ସମାପନ (Word Completion) : ଏହି ପଦ୍ଧତିରେ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀକୁ ଶବ୍ଦର କିଛି ଖଣ୍ଡ କିମ୍ବା ଅଂଶ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ତାକୁ ସେହି ବିଖଣ୍ଡିତ ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶବ୍ଦକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । "F-sh" ଏହି ପ୍ରକାରର ଏକ ବିଖଣ୍ଡିତ ଶବ୍ଦ ଅଟେ ।

ସଦ୍ୟ ଅନୁଭୂତ ସମ୍ବେଦନାତ୍ମକ ବିବରଣୀ ମାଧ୍ୟମରେ ପୂର୍ବ ଘଟଣାର ପୁନଃସ୍ମରଣ (priming task) : ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆଦ୍ୟ ପୃଷ୍ଠଭୂମିକା କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ, (ଯଥା : କାହାଣୀ ପଠନ କରିବା) ବିଖଣ୍ଡିତ ଶବ୍ଦକୁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଧାରାରେ ପୂରଣ କରିବାକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏଠାରେ ପୃଷ୍ଠଭୂମିର କାର୍ଯ୍ୟ ଉପକ୍ରମଣ କାର୍ଯ୍ୟ (priming task) କରିଥାଏ ।

ଉପରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଥିବା ଉଭୟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ସ୍ମରଣ କରିବାକୁ କୁହାଯାଏ ନାହିଁ।

୭.୪ ବିସ୍ମରଣର କାରଣ (Causes of Forgetting)

ସ୍ମୃତି ଏକ ଅତି ଜଟିଳ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏବଂ ଯେକୌଣସି ପ୍ରକାର ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଅନୁରୂପ (ଯଥା : ଟେପ୍ ରେକର୍ଡର, ଗଣନାକାରୀ ଯନ୍ତ୍ର) ଏହାଠାରୁ ସଂଚୟ, ପ୍ରକ୍ରମଣ ଓ ପୁନରୁଦ୍ଧାର ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ କମ୍ ଅଟେ । ଏହି ପ୍ରକିୟାରେ ତଥ୍ୟ କେବଳ ଗଚ୍ଛିତ ହୁଏ ନାହିଁ ବରଂ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଏବଂ ସଂଶୋଧିତ ହୋଇଥାଏ । ଅନେକ ସମୟରେ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଆଘାତ ହେବା ଯୋଗୁଁ ଆମେ ସ୍ମରଣ କରିବରେ ବିଫଳ ହେଉ, ଯାହାକି ସ୍ମୃତିକୁ ଅଚଳ କରିଦିଏ ଏବଂ ଏହାକୁ ସ୍ମୃତିଭ୍ରଂଶ (amnesia) କୁହାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଲୋକମାନେ ମଧ୍ୟ ସ୍ୱାଭାବିକ ଜୀବନ ଯାପନରେ ବିସ୍ମରଣ କରିଥାନ୍ତି। ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ, ଉଭୟ ସ୍ମରଣ ଏବଂ ବିସ୍ମରଣ ସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହାକି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନରେ ଘଟୁଥିବା ଅନେକ ଉପାଦାନ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ। ସ୍ମୃତିର ପ୍ରକୃତି ସ୍ପଷ୍ଟ କରିବା ଏବଂ ଏହାକୁ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବୀ କରିବା ପାଇଁ ବିସ୍ମରଣର କାରକଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝିବା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଧାରଣ ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ମନେ ହେଉଥିବା କେତେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପାଦାନକୁ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ।

(୧) ସ୍ମୃତି ଚିହ୍ନର କ୍ଷୟ (Decay of Memory Traces)

ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ଘଟଣା ଯେ ଯେପରି ଛାୟା ଚିତ୍ର (photography) ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣରେ ଧଳା ପଡିଯାଏ, ସେପରି ଅନେକ ଘଟଣା ଏବଂ ଅନୁଭୂତିର ସ୍ମରଣ ସମୟ ଅତିକ୍ରାନ୍ତ ହେବା ସହ ମଳିନ ପଡିଥାଏ । ପୁରାକାଳର ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମତ ଦେଇଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ଧାରଣା ବିସ୍ମୃତିର ଏକ ସାଧାରଣ କାରଣ । ତେବେ ଲୋକମାନେ ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ଆଦ୍ୟ ଶୈଶବର ଅନେକ ଘଟଣାକୁ ବିକୃତ ନକରି ସ୍ମରଣ କରିପାରନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ସ୍ମୃତିକ୍ଷୟ ବିସ୍ମୃତିର ଏକ ସାଧାରଣ କାରଣ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । ତେବେ ଦେଖାଯାଇଛି, ସଂବେଦୀ ସ୍ମୃତି ଏବଂ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ଅନଭ୍ୟାସ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସ୍ମୃତିକ୍ଷୟ, ବିସ୍ମରଣର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପାଦକ ହୋଇଥାଏ ।

(୨) ପ୍ରତିବନ୍ଧକତା/ବାଧାଦାନ (Interference)

ଆମେ ଯାହା କିଛି ଶିକ୍ଷଣ କରୁ, ତାହା ଯେକୌଣସି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଏ । ଏହିପରି ଶିକ୍ଷଣର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଭିଜ୍ଞତା ବିଗତ ହୋଇଥିବା କିମ୍ବା ଆସିବାକୁ ଥିବା ଅଭିଜ୍ଞତା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ

ହୋଇଥାଏ । ଏହିସବୁ ଅଭିଜ୍ଞତାଗୁଡ଼ିକ ପରସ୍ପର ଅନ୍ତଃସମ୍ବନ୍ଧୀ ଏବଂ ପରସ୍ପରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଏହି ପ୍ରଭାବର ପ୍ରକୃତି ପ୍ରତିକୂଳ ମୂଳକ ହୋଇଥାଏ, ଏହାକୁ ବାଧା (interference) କୁହାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ବ ଶିକ୍ଷଣ ବର୍ତ୍ତମାନର ଶିକ୍ଷଣକୁ ନକାରାତ୍ମକ ଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ, ତାହାକୁ ଅନୁଘାତ ଜନିତ ବାଧା/ ଅଗ୍ରନ୍ମୁଖୀ ହସ୍ତକ୍ଷେପ (proactive inference) ଏବଂ ବର୍ତ୍ତମାନର ଶିକ୍ଷଣ ପୂର୍ବ ଶିକ୍ଷଣକୁ ପ୍ରତିକୂଳ ଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ କଲେ ଏହାକୁ ପ୍ରତିଘାତ ଜନିତ ବାଧା/ ପୃଷ୍ଠୋନ୍ମୁଖୀ ହସ୍ତକ୍ଷେପ (retroactive interference) କୁହାଯାଏ । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଦୁଇଟି ଶିକ୍ଷଣ ସାମଗ୍ରୀ ମଧ୍ୟରେ ଯେତେ ଅଧିକ ସାଦୃଶ୍ୟ ଥାଏ, ତାହା ସେତେ ଅଧିକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ।

(୩) ଅଭିପ୍ରେରଣା (Motivation)

ଫ୍ରଏଡଙ୍କ (Freud) ମତରେ ଘଟଣା ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ/ଅପ୍ରୀତିକର ହୋଇଥିଲେ ବିସ୍ମରଣ ହୋଇଥାଏ । କେତେକ ଘଟଣାକୁ ଆମେ ମନେ ରଖିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁନଥିବାରୁ ଭୁଲିଯାଉ । ଯେଉଁ ସ୍ମୃତିକୁ ଆମେ ପସନ୍ଦ କରୁ ନାହିଁ, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଆମେ ଭୁଲିଯାଉ କିମ୍ବା ଚେତନାରୁ ବାହାର କରିଦେଉ । ଫ୍ରଏଡ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଅବଦମନ (repression) ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ଅଭିଜ୍ଞତା ଯେ ଆମେ ସବୁବେଳେ ଦୁଃଖଦ ଘଟଣା ଅପେକ୍ଷା ସୁଖଦ ଘଟଣାକୁ ଅଧିକ ମନେ ରଖିଥାଉ । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଆମେ ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ଠାରୁ ଅଧିକ ସ୍ମରଣ କରିଥାଉ । ଏହାକୁ ଜାଇଗାର୍ନିକ୍ ପ୍ରଭାବ (zeigarnik effect) କୁହାଯାଏ । ମାନବ ସ୍ମୃତିରେ ଚିତ୍ତ ବୃତ୍ତିର ଭୂମିକା ଦର୍ଶାଇଥାଏ ଯେ ଜୀବନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଦିଗଗୁଡ଼ିକ (ଉପାଦାନ) ସ୍ମୃତିକୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେଖ ଦେଇଥାନ୍ତି ।

(୪) ପୁନରୁଦ୍ଧାର ବିଫଳତା (Retrieval Failure)

ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ପୁନଃସ୍ମରଣ ହେବା ସମୟରେ ଉପଯୁକ୍ତ ସଂକେତର ଅଭାବ ତଥା ଅନୁପସ୍ଥିତି ଯୋଗୁଁ ଅନେକ ବିସ୍ମରଣ (ବିଶେଷ କରି ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ) ହୋଇଥାଏ । ଶିକ୍ଷଣ କରିବା (ସଂକେତୀକରଣ) ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପୁନଃସ୍ମରଣ କରିବା (ପୁନରୁଦ୍ଧାର) ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଯେଉଁ ଭୌତିକ ଏବଂ ମାନସିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଥାଏ ତାହା ଧାରଣ କ୍ଷମତାକୁ ହ୍ରାସ କରେ । ଅନେକ ସମୟରେ ଆମେ ପରୀକ୍ଷା ବେଳେ "ସ୍ମୃତିଶୂନ୍ୟ" (blank out) ହୋଇଯାଇଥାଉ ।

ସ୍ମୃତି ଏକ ଗଠନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା (Memory as a Constructive Process):

ପୁନରୁଦ୍ଧାରରେ ବିଫଳତା ଜନିତ ବିସ୍ମୃତି ଦର୍ଶାଇଥାଏ ଯେ ସ୍ମୃତି ଧାରଣ ନିଶ୍ଚଳ/ନିଷ୍କ୍ରିୟ (static)

ଅଟେ । ତେବେ ଘଟଣାଟି ଏପରି ନୁହେଁ । ସ୍ମୃତି ଏବଂ ସ୍ମରଣ କରିବା ବିଶେଷ ଭାବରେ ଏକ ଗଠନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ । ସାରାଂଶରେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ତଥାକଥନ ପଦ୍ଧତିର (Reproduction) ପ୍ରକୃତି ଗଠନାତ୍ମକ ଅଟେ । କୌଣସି ଘଟଣା ପୁନଃସ୍ମରଣ ସ୍ମୃତିର ଗଠନାତ୍ମକ ପ୍ରକୃତିକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରେ । ଯଦି ଆପଣ ନିଜ ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କ ସହ ଦେଖିଥିବା ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର (movie) କାହାଣୀର ପୁନଃସ୍ମରଣଗୁଡିକୁ ତୁଳନା କରିବେ, ତେବେ ଆପଣ ଦେଖିବେ ଯେ ଲୋକମାନେ (ଆପଣଙ୍କ ବନ୍ଧୁମାନେ) ଗୋଟିଏ କାହାଣୀକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ରଚନା କରିଥାନ୍ତି । ବାସ୍ତବରେ ଗୁଜବ ଅନେକ ସମୟରେ କୌଣସି କଥା/ଘଟଣାକୁ ଜୋରଦେବା ଏବଂ ମନରେ ଉପଲବ୍ଧି କରିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ବୁଝାଇଥାଏ । ଜଣାପଡୁଛି ଯେ ପୁନଃସ୍ମରଣ (recall) ସର୍ବଦା ପୁନରୁଦ୍ଧାର ଓ ପୁନଃଗଠନର ସଂଯୋଗ/ମିଳନ ଅଟେ । ତିନିମୁଖ୍ୟ ପ୍ରବୃତ୍ତିଗୁଡିକ ହେଉଛି ତୀକ୍ଷ୍ଣ କରିବା (sharpening) ସମାନ କରିବା (leveling) ଏବଂ ଉପଲବ୍ଧି କରିବା (assimilation)

୭.୫ ସ୍ମୃତି ଅଭିବୃଦ୍ଧି କୌଶଳ (Ways of Enhancing Memory)

ଏହା ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ ଅଭିଜ୍ଞତା ଯେ ବିସ୍ମରଣ ସାଧାରଣତଃ ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସମସ୍ୟାର ଉତ୍ସ ଅଟେ । ନିତିଦିନିଆ କଥାବାର୍ତ୍ତା, ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ, ପରୀକ୍ଷାରେ କୃତି, ସାକ୍ଷାତକାର (interview), ସଭାରେ ଉପସ୍ଥାପନା ଏବଂ ଭାବ ବିନିମୟ ଆମକୁ ସ୍ମରଣ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ବିଷୟରେ ସୂଚନା ଦିଏ । ଏପରି କରିବାରେ ବିଫଳ ହେଲେ ଯେଉଁ ନକରାତ୍ମକ ପରିଣାମ ହୁଏ ତାହା ସମସ୍ତେ ଜୀବନରେ କିଛି ମାତ୍ରାରେ ଅନୁଭବ କରିଥିବେ । ଫଳସ୍ୱରୂପ ଆମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକ ନିଜର ସ୍ମୃତି ଅଭିବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସ୍ମୃତି ସହାୟକ ଓ ସ୍ମୃତି ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ କୌଶଳ ଜନିତ ଅଧ୍ୟୟନକୁ ସ୍ମୃତି ଅଭିବୃଦ୍ଧି କୌଶଳ (mnemomics) କୁହାଯାଏ । ସ୍ମୃତି ଅଭିବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଉଥିବା କୌଶଳ ନିମ୍ନରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

(୧) ସଂଗଠନ (Organization)

ଯେତେବେଳେ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରାଯାଏ, ଜଣେ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀକୁ ସାମଗ୍ରୀଗୁଡିକୁ କୌଣସି ଏକ ରୂପରେ ସଂଗଠିତ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଏ । ଏହିପରି ସଂଗଠନ, ଶିକ୍ଷଣ ସାମଗ୍ରୀର ପୁନରୁଦ୍ଧାର ସମୟରେ ପ୍ରାକୃତିକ ପ୍ରସଙ୍ଗ (natural content) ସୃଷ୍ଟି କରି, ପ୍ରାସଙ୍ଗିକ ସଂକେତ (relevant cues) ଯୋଗାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଯଦି ସାମଗ୍ରୀରେ ପ୍ରାକୃତିକ ସଂଗଠନର ଅଭାବ ରହିଥାଏ, ତେବେ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀକୁ କୃତ୍ରିମ ସଂଗଠନ ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ ।

(୨) ଏକାଗ୍ରତା (Concentration)

ସାମଗ୍ରୀକୁ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରିବା ସମୟରେ ଅଭିନିବେଶ ସମ୍ପଦର (attentional resources)

ଅପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଆବଣ୍ଟନ ହେଉଛି ବିସ୍ମୃତିର ଗୋଟିଏ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ଫଳରେ ସାମଗ୍ରୀ ଗଚ୍ଛିତ ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକତା ସମୟରେ ପୁନଃସ୍ମରଣ କରିବାରେ ଆମେ ବିଫଳ ହେଉ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରିବା ସମୟରେ ସାମଗ୍ରୀ ଉପରେ ଅଭିନିବେଶ କେନ୍ଦ୍ରୀତ କଲେ, ଆମେ ସଂଚୟ ଏବଂ ପୁନଃସ୍ମରଣର ସମ୍ଭାବନାକୁ ବଢାଇପାରିବା ।

(୩) ସ୍ଥାନ ପଦ୍ଧତି (Method of loci)

ନାମରୁ ଜଣାପଡେ ଯେ ଏହି ପଦ୍ଧତି ସ୍ଥାନ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସମ୍ପର୍କକୁ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାଏ । ଏହାର ଦୃଶ୍ୟକରଣ (visualization) ପୁନଃସ୍ମରଣ କରିବାକୁ ସଂକେତ ଯୋଗାଇଥାଏ । କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସଠିକ୍ ଉପାୟରେ ଚୟନ କରିପାରିଲେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଦିନର କୌଣସି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସ୍ମୃତିର ପ୍ରୟୋଗ କରିପାରେ । ଏହିଭଳି ସ୍ମୃତି ଅଭିବୃଦ୍ଧି କୌଶଳକୁ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନୂତନ ସୂଚନା ଏବଂ ପୂର୍ବଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ତଥା ବିଶିଷ୍ଟ ସମ୍ପର୍କ ଯୋଡିଥାଏ । ପ୍ରସଙ୍ଗ ସହ ସମ୍ବନ୍ଧ ଥିବାରୁ ସଂକେତଗୁଡିକ ପ୍ରଭାବୀ ହୋଇଥାନ୍ତି, ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗୋଟିଏ ଅଟ୍ଟାଳିକା, ଏହାର ବଖରାସବୁ, ଆସବାବପତ୍ର ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିବରଣୀ ବିଷୟରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଦୃଶ୍ୟ ପ୍ରତିଚ୍ଛବି ପାଇଥାଏ । ଏହାକୁ ବିଭିନ୍ନ ଭାବନା ସହିତ ଯୋଗ କରାଯାଇପାରେ ଏବଂ ଏହି ସମ୍ପର୍କକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ସେହି ଭାବନାଗୁଡିକର ସ୍ମୃତିକୁ ଅଭିବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇପାରିବ ।

୪. ପୁନଃ କୂଟ ସଂକେତନ (Recoding)

ଅର୍ଥହୀନ ସାମଗ୍ରୀଗୁଡିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ସମୟରେ, ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ମରଣ କରିବାକୁ ଥିବା ସାମଗ୍ରୀଗୁଡିକୁ ଅଧିକ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପାୟରେ ପୁନଃ କୂଟ ସଂକେତନ କରିଥାଏ । ପୁନଃ କୂଟ ସଂକେତନ ବିଭିନ୍ନ ରୂପ ନେଇପାରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ବ୍ୟକ୍ତି ସମସ୍ତ ସାମଗ୍ରୀର ପ୍ରଥମ ଅକ୍ଷରଗୁଡିକୁ ନେଇ ଗୋଟିଏ ବାକ୍ୟ ଗଠନ କରେ । ଏହି ପ୍ରକାରର ବର୍ଣ୍ଣନାତ୍ମକ ଗଠନ ଏକ ସଂକେତ ଭାବରେ କାମ କରେ । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ପରିବର୍ଣ୍ଣୀ ଶବ୍ଦକୁ (acronyms) (ଯଥା : ୟୁ.ଏନ୍.ଓ., ଟି.ଭି., ସି.ବି.ଆଇ., ଡବ୍ଲ୍ୟୁ.ଏଚ୍.ଓ) ମଧ୍ୟ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ସମସ୍ତ ସାମଗ୍ରୀର ପ୍ରଥମ ଅକ୍ଷରକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ବିସ୍ତାରଣ ପଦ୍ଧତି (elaboration) ପ୍ରୟୋଗ କରି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଧିକ ସୂଚନା ଯୋଗ କରି ସାମଗ୍ରୀକୁ ଅଧିକ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଥାଏ । ଖଣ୍ଡପଦ୍ଧତି (chunking) ପୁନଃକୂଟସଂକେତନର ଏକ ଉତ୍ତମ ଉଦାହରଣ । ଯଦି ଅନେକ ସଂଖ୍ୟାର ଏକ ତାଲିକା ଦିଆଯାଇଥାଏ, ତାହାକୁ ସ୍ମରଣ କରିବା କଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ମଧ୍ୟ ଉଦ୍ଭାବନ କୁଶଳତା (ingenuity) ଦ୍ୱାରା ଦୁଇ ବା ତିନି ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ଖଣ୍ଡରେ ବିଭକ୍ତ କରି ମନେ ରଖାଯାଇପାରେ । ବିସ୍ତାରିତ କୂଟ ସଂକେତନ (elaborative coding) ପଦ୍ଧତିରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନେକ ସାମଗ୍ରୀକୁ ଏକ କାହାଣୀ ଆକାରରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ ସହଜରେ ପୁନଃସ୍ମରଣ କରିପାରେ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୭.୨

ସଠିକ୍ ବିକଳ୍ପ ବାଛ

୧) ସାଧାରଣ ଅବସ୍ଥାରେ କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (STM) .... ଟି ସାମଗ୍ରୀକୁ ଏକ ସମୟରେ ଧାରଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ଅଛି ବୋଲି ଜଣାପଡୁଛି ।

(କ) ପ୍ରାୟ ୨ (ଗ) ପ୍ରାୟ ୧୭

(ଖ) ପ୍ରାୟ ୭ (ଘ) ପ୍ରାୟ ୧୦୦

୨) ନିମ୍ନ ସାମଗ୍ରୀ ମଧ୍ୟରୁ କେଉଁଟି କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିରେ ସୂଚନାର ଏକକ 'ଖଣ୍ଡ' ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବ ।

(କ) ୮୪୩୩୪୮ (ଗ) ମୁଁ ତୁମକୁ ପସନ୍ଦ କରେ

(ଖ) CKNUH (ଘ) ମୋହନ, ନଦୀ, ବ୍ୟାଗ

୩. ରାଧା ଏବଂ ନିଶି ଗୋଟିଏ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଏକତ୍ର ଅଧ୍ୟୟନ କରୁଛନ୍ତି । ରାଧାର ପଦ୍ଧତି ହେଉଛି ତା'ର ପୁସ୍ତକକୁ ବାରମ୍ବାର ପଢିବା । ନିଶି ନିଜେ ପୂର୍ବରୁ ଜାଣିଥିବା ଅନ୍ୟ ଧାରଣାଗୁଡିକ ସହ ସେ ଯାହା ପଢୁଛି ତାକୁ ସମ୍ପର୍କ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି, ସମ୍ଭାବ୍ୟ ଫଳାଫଳ କ'ଣ ହେବ ?

(କ) ରାଧା ଅଧିକ ସ୍ମରଣ କରିବ

(ଖ) ରାଧା ଯାହା ଶିକ୍ଷଣ କରିବ ଦୀର୍ଘସମୟ ପାଇଁ ତା' ସ୍ମୃତିରେ ରହିବ ।

(ଗ) ନିଶି ଭ୍ରମରେ ରହିବ

(ଘ) ନିଶି ଉତ୍ତମ ସ୍ମରଣ କରିବ

୪. ଆପଣ ଯେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ ଅଧ୍ୟୟନ କରନ୍ତି, କେଉଁ କୌଶଳ ପଠିତ ଅଧ୍ୟାୟର ବିଷୟବସ୍ତୁ ପୁନଃସ୍ମରଣ ପାଇଁ ସୁବିଧାଜନକ ହୁଏ ?

(କ) ଆପଣ ପଢିଥିବା ବିଷୟବସ୍ତୁ ଉପରେ ନିଜକୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିବା ଦ୍ୱାରା

(ଖ) ଅନ୍ୟ ଲୋକମାନେ ଆପଣଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିବା ଦ୍ୱାରା

(ଗ) ଅନ୍ୟ ଶବ୍ଦକୁ ପାଠ କରିବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶବ୍ଦ

ଉପରେ ଆପଣଙ୍କର ଏକାଗ୍ରତା ଶକ୍ତିକୁ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ କରିବା ଦ୍ୱାରା

(ଘ) ଶାନ୍ତ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଏବଂ ସାମଗ୍ରୀଗୁଡିକ ସହ ଅଧିକ ସମ୍ପୃକ୍ତ ନରହିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଦ୍ୱାରା

ଆପଣ କ'ଣ ଶିଖିଲେ

- ମଣିଷର ସ୍ମୃତି ଏକ ସକ୍ରିୟ ପ୍ରଣାଳୀ । ଏହା ତଥ୍ୟ ଧାରଣ କରିବାରେ ଆମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତର ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ତାହାକୁ ମହଜୁଦ୍ କରି ରଖେ ।
- ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମାଧ୍ୟମରେ ତଥ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରୁ । ତଥ୍ୟଗୁଡିକ ସମ୍ବେଦୀ ସ୍ମୃତିରେ ତାଲିକାଭୁକ୍ତ ହୁଏ ଏବଂ ଚୟନାତ୍ମକ ମନଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହା କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (STM)କୁ ଯାଏ । ତା'ପରେ ଏହା ସଂକେତୀକରଣ ହୁଏ ଏବଂ ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (LTM) ମଧ୍ୟକୁ ପ୍ରବେଶ କରେ । ସଂବେଦୀସ୍ମରଣ ଏକ ସେକେଣ୍ଡ ପାଇଁ ସ୍ଥାୟୀ ରୁହେ ।
- କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର (STM) ସୀମିତ ଦକ୍ଷତା ଥାଏ ଏବଂ ଅଳ୍ପ କେତେକ ସେକେଣ୍ଡ କିମ୍ବା ମିନିଟ୍ ପାଇଁ ସ୍ଥାୟୀ ରୁହେ ।
- ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତି (LTM)ର ଅସୀମ ଦକ୍ଷତା ଥାଏ ଏବଂ ଏହା ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ମାସ ମାସ କିମ୍ବା ଏପରିକି ସାରା ଜୀବନ ପାଇଁ ସ୍ଥାୟୀ ରୁହେ । ଅନେକ ଉପାଦକ ଦ୍ୱାରା ବିସ୍ମରଣ ଘଟେ, ଯଥା : ବାଧା (interference), ଅଭିପ୍ରେରଣ (motivation), ପୁନରୁଦ୍ଧାର (retrieval) ବିଫଳତା ଏବଂ ପୁନଃଗଠନ (reconstruction)
- ଧାରଣର ଦକ୍ଷତା, ସାମଗ୍ରୀର ସଂଗଠନ, ଏକାଗ୍ରତା, ସ୍ଥାନ ପଦ୍ଧତିର ପ୍ରୟୋଗ ଏବଂ ପୁନଃକୂଟ ସଂକେତନ (Recoding) ଦ୍ୱାରା ବଢାଇ ଦିଆଯାଇପାରେ ।

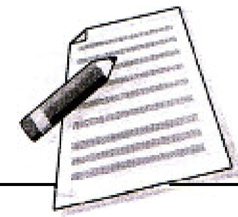
ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ମଣିଷର ସ୍ମୃତି ପ୍ରଣାଳୀର ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରକାରଗୁଡିକ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ।

୨. କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ସ୍ମୃତିର ମୁଖ୍ୟ ଗୁଣଗୁଡିକ ଲେଖ ।

୩. ବିସ୍ମରଣ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ଉପାଦକଗୁଡିକର ବିବରଣୀ ଦିଅ ।

୪. ସ୍ମୃତି ଅଭିବୃଦ୍ଧି କରିବାର କୌଶଳ ଚେଷ୍ଟା କର ଏବଂ ତୁମର ଅଭିଜ୍ଞତା ଲେଖ ।



ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର ଉତ୍ତର

୭.୧ :

୧. ଗ

୨. ଖ

୩. କ

୭.୨

୧. ଖ

୨. ଗ

୩. ଘ

୪. କ

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ପାଇଁ ସୂଚନା

୧. ୭.୩ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ

୨. ୭.୪ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ

୩. ୭.୫ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ

୪. ୭.୬ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ

୮

ବାସ୍ତବତାର ଭିନ୍ନ ପାର୍ଶ୍ୱ : ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ବିଚାରକରଣ

GOING BEYOND THE REALITY : THINKING AND RASONING

ମନେକର, ଆପଣ ଆପଣଙ୍କର ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ଆଣିବା ପାଇଁ ବିମାନଘାଟିକୁ ଯାଉଛନ୍ତି । ଘର ଛାଡ଼ିବା ପୂର୍ବରୁ, କେଉଁ ବାଟରେ ଯିବେ, ତାହା ଆପଣ ନିଷ୍ପତ୍ତି କରିବେ । ଆପଣ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ରାସ୍ତାରେ ଯାଇନପାରନ୍ତି, କାରଣ ଏହା ଏକ ଗହଳି ସମୟ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଟ୍ରାଫିକ୍ ଭିଡର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡିପାରେ । ଏହିପରି ଆପଣ ବିମାନଘାଟୀକୁ ବାହାରିବା ପୂର୍ବରୁ ଆପଣଙ୍କ ନିକଟରେ ଉପଲବ୍ଧ ବିଭିନ୍ନ ବିକଳ୍ପକୁ ବିଚାର କରିବେ । ନିର୍ମାଣ ଅଧୀନରେ ଥିବା ରାସ୍ତା ଏବଂ ସେହି ସମୟରେ ଗହଳିଥିବା ରାସ୍ତାକୁ ଆପଣ ଏଡାଇଯିବେ । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ରାସ୍ତାରେ ଯିବା ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଆପଣ ମୁକାବିଲା କରିପାରୁଥିବା ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିର ବିଚାର ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିବ ।

ଏହିପରି ଏକ ସରଳ ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ବିଚାର କରଣର ଉପଯୋଗ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ । ତଥ୍ୟର ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ କରିବା ପରେ ପରିବେଶ ଏବଂ ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତାରୁ ଆପଣଙ୍କୁ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଥିବା ତଥ୍ୟରୁ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ପାଇଁ ପଥ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅଧ୍ୟାୟରେ ଆପଣ ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ବିଚାରକରଣର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗଗୁଡ଼ିକୁ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଏହି ଅଧ୍ୟାୟ ପଢ଼ିବା ପରେ ଆପଣ :

- ଚିନ୍ତନର ପ୍ରକୃତି ବୁଝିପାରିବେ;
- ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବିଭିନ୍ନ ଉପାଦାନଗୁଡ଼ିକୁ ବାଖ୍ୟା କରିପାରିବେ;
- ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ସ୍ତରଗୁଡ଼ିକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ;
- ବିଚାରକରଣର ପ୍ରକାରଗୁଡ଼ିକୁ ବାଖ୍ୟା କରିପାରିବେ; ଏବଂ

- ଭାଷା ଏବଂ ଚିନ୍ତନ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସମ୍ପର୍କକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ ।

୮.୧ ଚିନ୍ତନର ପ୍ରକୃତି ଏବଂ ଉପାଦାନ (Nature and Components of Thinking)

ଚିନ୍ତନ ହେଉଛି ଏକ ମାନସିକ କାର୍ଯ୍ୟ, ଯାହା ସାଧାରଣତଃ ଏକ ସମସ୍ୟାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଏକ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ (ମାନସିକ) ସୋପାନକୁ ଅନୁଗମନ କରିଥାଏ, ଯାହା ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଯଥା : ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ, ବିମୂର୍ତ୍ତ ଚିନ୍ତନ, ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଗ୍ରହଣ, ବିଚାରକରଣ, କଳ୍ପନା ଏବଂ ସ୍ମରଣକ୍ରିୟା ଇତ୍ୟାଦି ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ଚିନ୍ତନ ଏକ ବୌଦ୍ଧିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯେଉଁଥିରେ ଆମେ ସଂକେତକୁ ବସ୍ତୁ ତଥା ଘଟଣାଗୁଡିକର ପ୍ରତିନିଧି ଭାବେ ଉପଯୋଗ କରୁ । ଏହା ଏକ ଗଣନାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ରିୟା, ଯେହେତୁ ଏଥିରେ ଆମେ କିଛି ନୂଆ କରି ପଠନ କରୁ । ଚିନ୍ତନ, ବିଭିନ୍ନ ମାନସିକ ସଂରଚନା, ଯଥା : (କ) ପ୍ରତ୍ୟୟ (ଖ) ମନୋକଳ୍ପ ଏବଂ (ଗ) ମାନସିକ ପ୍ରତିରୂପ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଏହି ମାନସିକ ସଂରଚନାଗୁଡିକୁ ବିଚାର କରାଯାଉ ।

ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଉପାଦାନ (Components of Thought Process)

ପ୍ରତ୍ୟୟ (Concepts) : ବସ୍ତୁ, ଘଟଣା, ମନୁଷ୍ୟ କିମ୍ବା ଆମେ ଯାହା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଏବଂ ଅନୁଭବ କରୁ, ତାହାର ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ଗୁଣଗୁଡିକର ସାରାଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଆମ ପାଖରେ କ୍ଷମତା ଅଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଏକ ସେଓ (apple) ଦେଖୁ, ଆମେ ତାହାକୁ ଫଳ ଭାବେ ବର୍ଗୀକରଣ କରିଥାଉ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ବିଲେଇଟିଏ ଦେଖୁ, ଆମେ ଏହାକୁ ଏକ 'ପଶୁ' ଭାବେ ବର୍ଗୀକରଣ କରୁ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଏକ ନୂତନ ବସ୍ତୁର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉ, ଆମେ ଏହାକୁ ଶ୍ରେଣୀକରଣ କରିବାକୁ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେଉ ଏବଂ ପୂର୍ବପରି ଏହା ପ୍ରତି ଏକାପ୍ରକାର ଆଚରଣ ଗ୍ରହଣ କରୁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯେତେବେଳେ ଆମେ ରାସ୍ତା ଉପରେ କୁକୁରଟିଏ ଦେଖୁ, ଏହାକୁ ଆମେ ଏକ 'ପଶୁ' ରୂପେ ଶ୍ରେଣୀକରଣ କରୁ । ଅନ୍ୟ ପଶୁମାନଙ୍କ ପରି ଅମେ ଏହା ପ୍ରତି ସମାନ ଆଚରଣ ଗ୍ରହଣ କରୁ (ଯଥା : ଏହାଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା) । ସେହିପରି, ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଏକ ନୂତନ ସାମାଜିକ ସ୍ଥିତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉ, ଏହାକୁ ଆମେ ଅତୀତ ଅଭିଜ୍ଞତା ଭିତ୍ତିରେ ଶ୍ରେଣୀକରଣ କରୁ ଏବଂ ଉପଯୁକ୍ତ ଆଚରଣ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଉ । ଏହା ଚିନ୍ତନର ଏକ ମୌଳିକ ଦିଗ ଭାବେ ବିଚାର କରାଯାଏ ।

ପ୍ରତ୍ୟୟଗୁଡିକ ମାନସିକ ସଂରଚନା (mental structures) ଅଟନ୍ତି । ଆମେ ଯେଉଁ ଶ୍ରେଣୀକରଣ କରିଥାଉ, ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟୟ କୁହାଯାଏ । ଏଗୁଡିକ ଚିନ୍ତନର ଆଧାରସ୍ତମ୍ଭ ଅଟନ୍ତି । ଏଗୁଡିକ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ଭାବରେ ଆମର ଜ୍ଞାନକୁ ସଂଗଠିତ କରିଥାନ୍ତି । ଅଧିକାଂଶ ଶବ୍ଦ (ନାମବାଚକ ବିଶେଷ୍ୟପଦ ବ୍ୟତୀତ) ପ୍ରତ୍ୟୟକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରନ୍ତି । ସେଗୁଡିକ ଗୋଟିଏ ଏକକ ବସ୍ତୁ କିମ୍ବା ଘଟଣାକୁ ନୁହେଁ

ବରଂ ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶ୍ରେଣୀକୁ ସୂଚାଇଥାନ୍ତି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, 'ଘର' ଶବ୍ଦଟି ସାଧାରଣ ଆକୃତି ବିଶିଷ୍ଟ ଏକ ଛାତର ଶ୍ରେଣୀକୁ ବୁଝାଏ । ଏହାର କକ୍ଷ, ରୋଷେଇ ଘର, ପାଇଖାନା, ଭଣ୍ଡାର ଘର ଇତ୍ୟାଦି ଥାଏ । ଏହା ଲୋକ ତଥା ପରିବାର ରହିବା ପାଇଁ ବିନିଯୋଗ ହୁଏ ଏବଂ ଏହାର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ ଥାଏ । 'ଛାତ' ଶବ୍ଦଟି 'ଘର' ଶବ୍ଦ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ବ୍ୟାପକ ଅଟେ । 'ଛାତ' ଶବ୍ଦଟି ଏକ ବୃହତ୍ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଯାହା ଅଫିସ, ବଜାର ଇତ୍ୟାଦିକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟୟଗୁଡିକ ବସ୍ତୁ, କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଧାରଣା (ideas), ଏବଂ ଜୀବନ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରେ । ସେଗୁଡିକ ମଧ୍ୟ ଗୁଣ (ଯଥା : ନୀଳ କିମ୍ବା ଦୀର୍ଘ) ବିମୂର୍ତ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟୟ (abstrations) (ଯଥା : ସାଧୁତା, ଭଲପାଇବା) ଏବଂ ସମ୍ପର୍କ (ଯଥା : ବୃହତ୍ତର) ଇତ୍ୟାଦିକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରିଥାଏ ।

ପ୍ରତ୍ୟୟର ଶିକ୍ଷଣ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ (generalization) ଏବଂ ବିଭେଦୀକରଣକୁ (discrimination) ଉପଯୋଗ କରିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ଶିଶୁ କୁକୁର ପ୍ରତ୍ୟୟ ଶିକ୍ଷଣ କରେ, ସେ ପ୍ରଥମେ ସମସ୍ତ ଛୋଟ ପଶୁକୁ (ଯଥା : ବିଲେଇ) ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିବାକୁ ଶବ୍ଦଟିକୁ ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ପିତାମାତାଙ୍କ ସଂଶୋଧନ ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାରୁ ସଠିକ୍ ଭାବରେ ଗଠନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶିଶୁଟି ବିଶୁଦ୍ଧ ଭାବରେ ବିଭେଦୀକରଣ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିଥାଏ । ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଏହା କେବଳ ପରିବାରର କୁକୁରକୁ ବୁଝାଉଥାଏ, ତେବେ, ଶିଶୁ ବିଭିନ୍ନ ଜାତି (breeds) ଏବଂ ଆକୃତିର କୁକୁରକୁ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟୟକୁ ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ କରିଥାଏ । ଶିଶୁ ପୁନଶ୍ଚ ପ୍ରତ୍ୟୟଟିକୁ ଅଧିକ ବିଶୁଦ୍ଧ କରିପାରେ ଏବଂ ପୋଷା କୁକୁର ତଥା ବୁଲା କୁକୁର, ବନ୍ଧୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କୁକୁର ଏବଂ ହିଂସ୍ର କୁକୁର ଇତ୍ୟାଦି ମଧ୍ୟରେ ବିଭେଦୀକରଣ କରିଥାଏ ।

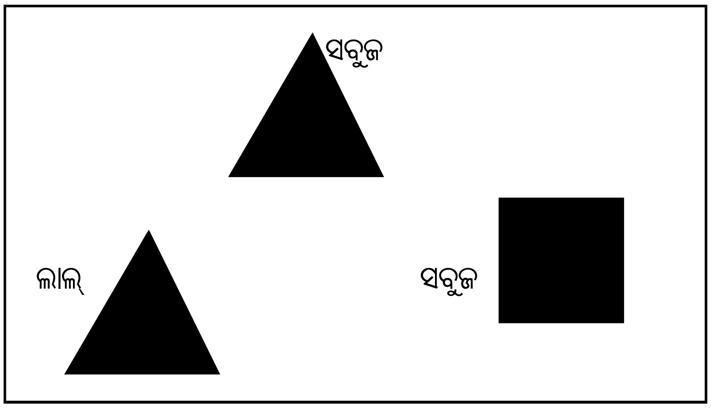
ପ୍ରତ୍ୟୟ ମୂର୍ତ୍ତ/ବାସ୍ତବ ହୋଇପାରେ (ଯଥା : ଗୋଟିଏ କୁକୁର, ଟେବୁଲ, ଗଛ ଇତ୍ୟାଦି) କିମ୍ବା ଧାରଣା (ଯଥା : ସାଧୁତା, ଗଣତନ୍ତ୍ର ନ୍ୟାୟ ଇତ୍ୟାଦି) ହୋଇପାରେ । ଶିଶୁଟି ଜୀବନରେ ଖୁବ୍‌ଶୀଘ୍ର ବାସ୍ତବ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଅର୍ଜନ କରିଥାଏ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଅମୂର୍ତ୍ତ (abstract) ପ୍ରତ୍ୟୟ ଲାଭ କରିଥାଏ । ପିଆଜେ (Piaget)ଙ୍କ ଅଧ୍ୟୟନ ସୂଚନା ଦିଏ ଯେ ଶିଶୁ ପ୍ରଥମେ ବସ୍ତୁ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଶିକ୍ଷଣ କରେ (ଯଥା : ବିଲ୍) ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ସେ କେବଳ ବଡ଼ ହୁଏ ତାର ଅଧିକ ଅମୂର୍ତ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟୟ ବିକଶିତ ହୁଏ ।

କାର୍ଯ୍ୟ ୮.୧

ପ୍ରତ୍ୟୟ ଗଠନ

୮ x ୧୨ ସେମି ଆକାରର ୨୦ଟି ଧଳାକାର୍ଡ ନିଅନ୍ତୁ । ତିନୋଟି ଆକୃତି (ତ୍ରିଭୂଜ, ବର୍ଗକ୍ଷେତ୍ର ଏବଂ ବୃତ୍ତ) ଏବଂ ତିନୋଟି ରଙ୍ଗ (ଲାଲ, ସବୁଜ ଏବଂ

ନୀଳ) ବାଛନ୍ତୁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଡ ଉପରେ ନିମ୍ନଭାଗକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଆକୃତିଗୁଡ଼ିକୁ ଟାଣନ୍ତୁ (ତ୍ରିଭୂଜ ଏବଂ ବର୍ଗକ୍ଷେତ୍ର) ଏବଂ ଏହି ଦୁଇଟି ଆକୃତିର ଉପର ଅଂଶର ମଧ୍ୟଭାଗରେ ଅନ୍ୟ ଏକ ଆକୃତି ଅଙ୍କନ କରନ୍ତୁ, (ତ୍ରିଭୁଜ କିମ୍ବା ବର୍ଗକ୍ଷେତ୍ର) ଯେପରି ଚିତ୍ର ୮.୧ରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

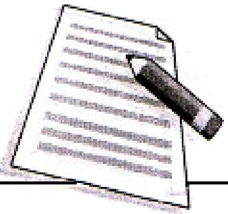


ଚିତ୍ର ୮.୧ ଏକ ନମୂନା ଉଦ୍ଦୀପକ କାର୍ଡ

ଚିତ୍ରର ନିମ୍ନଭାଗରେ ଦର୍ଶାଯାଇଥିବା ଆକୃତି ଦୁଇଟିର (ତ୍ରିଭୁଜ, ବର୍ଗକ୍ଷେତ୍ର) ଆକାର ତଥା ରଙ୍ଗ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହେବାର ଅଛି ଏବଂ ଉପରି ଭାଗରେ ଦର୍ଶିତ ଥିବା ଆକୃତିଟିର (ତ୍ରିଭୂଜ) ଆକାର, ନିମ୍ନଭାଗରେ ଦତ୍ତ ଗୋଟିଏ ଆକୃତିର (ତ୍ରିଭୁଜ) ଆକାର ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଆକୃତିଟିର (ବର୍ଗକ୍ଷେତ୍ର) ରଙ୍ଗ ସହିତ ସମାନ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ମନେ କରନ୍ତୁ ଯେ ଆକୃତିର ଆକାର ଗୋଟିଏ ଆକାରର ବର୍ଗକ୍ଷେତ୍ରରୁ କଟାଯାଇଛି । ଏହିପରି ୨୦ ଗୋଟି କାର୍ଡ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ, ଯେପରି ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଡ ଉପରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଆକୃତି ଏବଂ ରଙ୍ଗର ସମ୍ମିଶ୍ରଣ ରହିଥିବ ।

ବିଡ଼ାରେ ଥିବା କାର୍ଡଗୁଡ଼ିକୁ ଅନିୟମିତ ଭାବରେ ରଖନ୍ତୁ । କାର୍ଡବିଡ଼ାକୁ ଟେବୁଲ ଉପରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ସମୟରେ ଗୋଟିଏ କାର୍ଡ ଉଠାନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀଙ୍କ (ଶିଶୁ) ସମ୍ମୁଖରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ନିମ୍ନଭାଗରେ ଦର୍ଶାଯାଇଥିବା ଦୁଇଟି ଆକୃତି ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ଉପର ଦର୍ଶିତ ଆକୃତିଟି ସହ ମେଳ କରିବାକୁ କୁହନ୍ତୁ । ଆକୃତି କିମ୍ବା ରଙ୍ଗ ବିଷୟରେ ଶିଶୁକୁ କୌଣସି ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । କାର୍ଡଗୁଡ଼ିକୁ ଗୋଟି ଗୋଟି କରି ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀଙ୍କ (ଶିଶୁ) ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଶିଶୁକୁ ଯଥାସମ୍ଭବ ଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ଉତ୍ସାହିତ କରନ୍ତୁ ।

ଅନୁକ୍ରିୟା ଭିତ୍ତିରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀଙ୍କର ଅନୁକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକୁ ଲିପିବଦ୍ଧ କରନ୍ତୁ ଯଥା : ରଙ୍ଗ (c) କିମ୍ବା ଆକୃତି (s) । ଯଦି ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀ ଲାଲ ତ୍ରିଭୁଜକୁ ସବୁଜ



(green) ତ୍ରିଭୁଜ ସହ ମେଳ କରନ୍ତି, ତେବେ ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀ, ଆକୃତି ଭିତ୍ତିରେ ମେଳ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଆକୃତିର (s) ନିମ୍ନ ଅଂଶରେ ଏକ ଗାର (tally) ଟାଣନ୍ତୁ । ଏହିପରି ଗୋଟି ଗୋଟି କରି ସମସ୍ତ କୋଡିଏ କାର୍ଡକୁ ଉପସ୍ଥାପନା କରନ୍ତୁ । ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀଙ୍କ ଅନୁକ୍ରିୟା ଲିପିବଦ୍ଧ କରନ୍ତୁ । ରଙ୍ଗ (ପ୍ରତ୍ୟୟ) ଏବଂ ଆକୃତିର (ପ୍ରତ୍ୟୟ) ନିମ୍ନ ଅଂଶରେ ଟଣାଯାଇଥିବା ଗାରଗୁଡ଼ିକୁ ଗଣନ୍ତୁ । ଆପଣଙ୍କର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣକୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କଲେ ଶିଶୁର ପ୍ରତ୍ୟୟ ବିକାଶର ପ୍ରକ୍ରିୟା ବିଷୟରେ ସୂଚନା ମିଳିବ ।

ଏହି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଶିଶୁମାନେ କିପରି ପ୍ରତ୍ୟୟ ଭିତ୍ତିରେ ରଙ୍ଗ ଏବଂ ଆକୃତିକୁ ଶ୍ରେଣୀକରଣ କରୁଛନ୍ତି ଆପଣ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବେ । ଏହା ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟୟ ଗଠନର ସ୍ତରକୁ ପ୍ରତିଫଳିତ କରିବ । ଗବେଷଣାରୁ ସୂଚନା ମିଳେ ଯେ ଶିଶୁମାନଙ୍କ ଠାରେ ରଙ୍ଗ ପ୍ରତ୍ୟୟ ବିକଶିତ ହୁଏ, ଯାହା ଆକାର ପ୍ରତ୍ୟୟର ବିକାଶକୁ ଅନୁଗମନ କରେ । ବସ୍ତୁ, ଘଟଣା କିମ୍ବା ଧାରଣାକୁ ସାଧାରଣ ଶ୍ରେଣୀରେ ବର୍ଗୀକରଣ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ତଥ୍ୟ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ସମୟ ଏବଂ ଉଦ୍‌ଯୋଗ (effort) କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଖୁବ୍ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଆମେ କେବଳ ଲକ୍ଷଣ କିମ୍ବା ଗୁଣଭିତ୍ତିରେ (ଯଥା : ରଙ୍ଗ, ଆକୃତି, ଆକାର ଇତ୍ୟାଦି) ବସ୍ତୁକୁ ଶ୍ରେଣୀକରଣ କରିବାକୁ ଶିଖୁନାହିଁ, ବରଂ ଗୁଣ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟୟର ନିୟମଗୁଡ଼ିକର ସାରାଂଶ ସଂଗ୍ରହ କରୁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆମେ କେବଳ ଟ୍ରାଫିକ୍ ଆଲୋକର (ଲାଲ, ସବୁଜ, ହଳଦିଆ) ଶ୍ରେଣୀକରଣ କରିବାକୁ ଶିଖୁ ନାହିଁ, ବରଂ ଏହି ରଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟୟର ନିୟମଗୁଡ଼ିକୁ ଜାଣିଥାଉ । ଯଦି ଆଲୋକର ରଙ୍ଗ ଲାଲ ଅଛି, ତାହା 'ବନ୍ଦ', ଯଦି ହଳଦିଆ ତାହେଲେ "ଗତି ବନ୍ଦ କରିବା କିମ୍ବା ଗତି କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା" ଏବଂ ଯଦି ସବୁଜ ତେବେ "ଯିବା" ପାଇଁ ସଙ୍କେତ ଦେଇଥାଏ । ଏହା ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଜନକ ଯେ ଆମେ ଏତେ ପରିମାଣର ପ୍ରତ୍ୟୟ ନିୟମ ଶିଖୁ, ସେଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଚୟ କରୁ, ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ପୁନରୁଦ୍ଧାର କରୁ ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଆମ ପରିବେଶରେ ଦୈନନ୍ଦିନ କ୍ରିୟା ଅନୁକ୍ରିୟାରେ ପ୍ରୟୋଗ କରୁ ।

(୨) ମନୋକଳ୍ପ (Schemas)

ମନୋକଳ୍ପ (schemas) ଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଜଟିଳ ଅଟେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୋକଳ୍ପ ଅନେକ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଧାରଣ କରିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଖରେ ଏକ ଆତ୍ମ ମନୋକଳ୍ପ (self-schema) ଅଛି, ଅର୍ଥାତ୍ ଏହା ଏପରି ଏକ ମାନସିକ ଢାଞ୍ଚା (mental frame work) ଯାହା ଆମ ବିଷୟରେ ଅନେକ ତଥ୍ୟ ଧାରଣ କରିଛି (ଯେପରିକି ଆମେ ଆମ ନିଜକୁ ବୁଝିଥାଉ) । ଏହି ଆତ୍ମ ମନୋକଳ୍ପ ଆମ ନିଜ ବିଷୟରେ

ଅନେକ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଆପଣ ନିଜକୁ ବହୁତ ବୁଦ୍ଧିମାନ, ଆକର୍ଷକ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବାନ, ପରିଶ୍ରମୀ ଏବଂ ପ୍ରୀତିକର ବିଚାର କରିପାରନ୍ତି । ଏହି ସମସ୍ତ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଏକ ଆତ୍ମ ମନୋକଳ୍ପ ନିର୍ମାଣ କରିଥାଏ । ଏହି ମନୋକଳ୍ପ ଚିନ୍ତନର ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଧାରସ୍ତମ୍ଭ (building blocks) ଅଟେ ।

(୩) ମାନସିକ ପ୍ରତିରୂପ (Mental Imagery)

ଚିନ୍ତନ ମଧ୍ୟ ଦର୍ଶନ, ଶ୍ରବଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପ୍ରତିରୂପଗୁଡ଼ିକର ପରିଚାଳନା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥାଏ । ଦେଖାଯାଇଛି ବସ୍ତୁର ପ୍ରତିରୂପରେ ହେଉଥିବା ମାନସିକ କାର୍ଯ୍ୟ, ପ୍ରକୃତ ବସ୍ତୁ ଉପରେ ହେଉଥିବା ମାନସିକ କାର୍ଯ୍ୟସହ ସମାନ, କୌଣସି ବସ୍ତୁ, ବ୍ୟକ୍ତି କିମ୍ବା ସ୍ଥିତି ଯଦି ଥରକ ପାଇଁ ଆମ ମନ ଉପରେ ଏକ ଛବି ତିଆରି କରେ, ତେବେ ଆମେ ଏହି ବିଷୟ ଚିନ୍ତାକରୁ କିମ୍ବା ବୁଝୁ । ଏପରି ଅନୁଭବ ହୁଏକି ଏହି ବସ୍ତୁ ଆମ ସମ୍ମୁଖରେ ବାସ୍ତବରେ ଉପସ୍ଥିତ ଅଛି । ବେଳେବେଳେ ଆମେ ଏହାକୁ ଏପରି ବୁଝିପାରିବୁ ଯେ ଯେପରିକି ଆମେ ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକୁ ଆମର "ମାନସିକ ଚକ୍ଷୁରେ" ଦର୍ଶନ କରୁଛୁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ଲମ୍ବ ମେଜକୁ ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ଦୁଆର ଥିବା ଘର ଭିତରୁ ବାହାର କରିବାକୁ ଅଛି, ତେବେ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ଆପଣ ନିଜର ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ମେଜ (table)କୁ ଏଠିସେଠି ବୁଲାଇବେ ଏବଂ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ପାଇଁ ବାଟଟିଏ ଚିନ୍ତା କରିବେ ।

ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ଶବ୍ଦରେ ଚିନ୍ତାକରୁ (ଶବ୍ଦ ପ୍ରତ୍ୟୟକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରେ ଯଥା : ମେଜ) । ଅନ୍ୟ କେତେକ ସମୟରେ ଆମେ ମାନସିକ ପ୍ରତିରୂପ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁ, ଯେପରିକି ମେଜର ଦୃଶ୍ୟ ପ୍ରତିରୂପ । ଉପରେ ଦର୍ଶାଯାଇଥିବା ସମସ୍ୟାରେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି, ମେଜକୁ ବାହାରକୁ ବାହାର କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବରେ ଶାରୀରିକ ଚେଷ୍ଟା ମଧ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଜଣେ ଅଧିକ ପରିପକ୍ୱ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ସମୟରେ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଚେଷ୍ଟା କରିବେ । ଅର୍ଥାତ୍ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ମେଜକୁ ଆପଣା ମନରେ ହିଁ ଏଠିସେଠି (ଚିନ୍ତନ କରିବେ) ବୁଲାଇବେ। ଏହି ଅଧ୍ୟାୟର ପ୍ରଥମ ଭାଗରେ ଆପଣ ବିମାନ ବନ୍ଦର ଯିବା ପାଇଁ ରାସ୍ତା ବାଛିବାର ଯୋଜନା ବିଷୟରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିଛନ୍ତି । ବ୍ୟକ୍ତି ଶବ୍ଦ ସାହାଯ୍ୟରେ ଚିନ୍ତା କରିପାରନ୍ତି କିମ୍ବା ମାନସିକ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ମାଧମରେ ରାସ୍ତାର ଚୟନ କରିପାରନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ସେ ବିମାନ ବନ୍ଦର ଯିବା ରାସ୍ତାର ମାନସିକ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ନିର୍ମାଣ ଏବଂ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରନ୍ତି ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୮.୧

୧. ଉପଯୁକ୍ତ ଶବ୍ଦରେ ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

(କ) ଚିନ୍ତନ ଏକ .... ପ୍ରକ୍ରିୟା, ଯେଉଁଥିରେ ଆମେ ସଙ୍କେତ ପ୍ରୟୋଗ କରୁ ।

(ଖ) ଆମେ ଜୀବନରେ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିବା ବସ୍ତୁକୁ .... କରୁ ।

(ଗ) ଶିଶୁମାନେ .... ପ୍ରତ୍ୟୟ ଅପେକ୍ଷା .... ପ୍ରତ୍ୟୟ ଶୀଘ୍ର ଶିକ୍ଷଣ କରନ୍ତି ।

(ଘ) ପ୍ରତ୍ୟୟର ଶିକ୍ଷଣ .... ଏବଂ .... ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ।

(ଙ) ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକୁ ସାଧାରଣ ଶ୍ରେଣୀରେ ବର୍ଗୀକରଣ କରିବା ....କୁ ସହଜ କରେ ।

୮.୨ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ (Problem Solving)

ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବୌଦ୍ଧିକ କାର୍ଯ୍ୟ । ଏହା ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଏପରି କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ ଯେ ଅନେକ ଲୋକ ଏହାକୁ ଚିନ୍ତନ କ୍ରିୟା ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ମୁହୂର୍ତ୍ତର ପ୍ରତିଫଳନ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଥାଏ ଯେ ଆମର ଦିନକର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ସହ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ । ସମସ୍ୟା ସରଳ କିମ୍ବା ଜଟିଳ ହୋଇପାରେ । ସରଳ ସମସ୍ୟା ନିତ୍ୟ ନୈମିତ୍ତିକ ପ୍ରକୃତିର ହୋଇପାରେ, ଯେପରିକି ସକାଳ ଜଳଖିଆରେ କ'ଣ ଖାଇବାକୁ ହେବ ସେ ବିଷୟରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବା । ଜୀବନ ବୃତ୍ତି ବାଛିବା ପରି ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ । ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟ/ ପରିସ୍ଥିତିର ସମାଧାନ ପ୍ରତି ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ଚିନ୍ତନକୁ ବୁଝାଏ । ଏହି ପ୍ରକାର ଚିନ୍ତନର ତିନୋଟି ସ୍ତର ଥାଏ, ଯାହାକି ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହେବା ସ୍ତରରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ କେତେକ ମାନସିକ କାର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଅନୁଗମନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ସ୍ତର ଏବଂ କୌଶଳ (Stages and Strategies of Problem Solving)

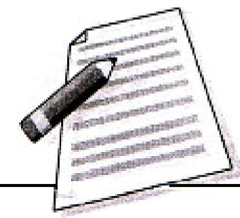
ସମସ୍ୟା ଏପରି ଏକ ସ୍ଥିତିକୁ ଦର୍ଶାଉଛି, ଯାହା ସମାଧାନ ଆବଶ୍ୟକ କରେ । ଏହାର ତିନୋଟି ସ୍ତର କିମ୍ବା ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଅଛି, ଯାହାକୁ ନିମ୍ନରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

୧. ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ତର : ଏକ ସମସ୍ୟା

୨. ସଂକ୍ରିୟା : କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀ

୩. ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅବସ୍ଥା : ସମାଧାନ

ଏକ ବାସ୍ତବ (concrete) ସମସ୍ୟାରୁ ଏହି ତିନୋଟି ସ୍ତରକୁ ବାଖ୍ୟା କରାଯାଉ । ମନେକର ଆପଣଙ୍କୁ ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ଏକ ବିଲ୍ ପୈଠ କରିବାକୁ ଅଛି । ବିଲ୍‌ଟି ଗ୍ରହଣ କରିବା ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ତରର ସମସ୍ୟା (problem)କୁ ବୁଝାଉଛି । ପରିବାରର ମୂଳ ବଜେଟ୍‌କୁ ଗୋଳମାଳ ନକରି ଏହି ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ବିଲ୍‌କୁ ପୈଠ କରିବାକୁ ଅର୍ଥ ଯୋଗାଡ କରିବା ହେଉଛି ଆପଣଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ କିଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି । କେତେକ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କାର୍ଯ୍ୟ କିମ୍ବା ସ୍ତର ଅନ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ସ୍ପୃହଣୀୟ



ଅଟେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜଣେ ବନ୍ଧୁଙ୍କ ଠାରୁ ଟଙ୍କା ଧାର କରିବା ଅପେକ୍ଷା ଜମାପତ୍ର (credit card) ମାଧ୍ୟମରେ ଟଙ୍କା ବାହାର କରିବା ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ପାଇଁ ଅଧିକ ଗ୍ରହଣଯୋଗ୍ୟ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହେବ । ଅଧିକ ଗ୍ରହଣଯୋଗ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ କିମ୍ବା ସ୍ତରକୁ ଚୟନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣ ପ୍ରାଥମିକ ସମସ୍ୟା ସ୍ତରରୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅବସ୍ଥାକୁ ଗତି କରିବେ; ଯେଉଁଠି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହୋଇଯିବ । ଜଟିଳତା ସ୍ତରକୁ ଭିତ୍ତିକରି ସମସ୍ୟା ଭିନ୍ନ ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ସମସ୍ୟା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ହୋଇଥିବା ସ୍ତରଗୁଡ଼ିକ ଏକ ପ୍ରକାରର ହୋଇଥାନ୍ତି । ଅଧିକ ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନେକ ମାନସିକ କାର୍ଯ୍ୟ ପରିଚାଳନା କରିବାକୁ ଥିବାରୁ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ତର ପାଇଁ ଅଧିକ ସମୟ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ ।

୮.୩ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନରେ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ (Mental set in Problem Solving)

ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ବ୍ୟବହାର ହେଉଥିବା ମାନସିକ କ୍ରିୟାକୁ ସମାନ ଭାବରେ ନୂତନ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ (mental set) କୁହାଯାଏ । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନିୟମ ଯୋଗୁଁ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମିଳିଥିବା ପୂର୍ବ ସଫଳତା ଏକ ପ୍ରକାର ମାନସିକ ଅନମନୀୟତା/ଦୃଢ଼ତା (mental rigidity) ଯୋଗାଇଥାଏ ଯାହାକି ସୃଜନଶୀଳତାକୁ (creativity) ଅବରୋଧ କରେ ।

ବେଳେବେଳେ ଏକ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ, ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କ୍ରିୟାର ଗୁଣ ଏବଂ ଗତିକୁ ବଢ଼ାଇ ଦେଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅବସ୍ଥାରେ ଏହା ଆମର ମାନସିକ କାର୍ଯ୍ୟ କିମ୍ବା ଚିନ୍ତନର ଗୁଣକୁ ସୀମାବଦ୍ଧ କିମ୍ବା ଅବରୋଧ କରିପାରେ । ତେବେ ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ଅନେକ ସମୟରେ ଅତୀତର ଶିକ୍ଷଣ ଏବଂ ସମାନ କିମ୍ବା ସମ୍ପର୍କିତ ସମସ୍ୟାର (ସମାଧାନ) ଅଭିଜ୍ଞତା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁ । କାର୍ଯ୍ୟ ୮.୨ରେ କୁହାଯାଇଥିବା ଲୁଚିନ୍‌ଙ୍କର (Luchin's) ଜଳଜାର୍ ସମସ୍ୟା କଲେ ଆପଣ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ଘଟଣାକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଜାଣିବେ ।

କାର୍ଯ୍ୟ ୮.୨

ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ଏବଂ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ (mental set and problem solving)

ଆପଣଙ୍କର ଜଣେ ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ନିମ୍ନ ପ୍ରଦତ୍ତ ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଉପସ୍ଥାପନ କରନ୍ତୁ । ତାଙ୍କୁ ନିମ୍ନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଅନ୍ତୁ । ୮.୧ ସାରଣୀ (table)ରେ ୭ଟି ସମସ୍ୟା ଦିଆଯାଇଛି । ତିନୋଟି ଶୂନ୍ୟ ଜାର (କ, ଖ ଏବଂ ଗ) ଅଛି ଏବଂ

ଗୋଟିଏ ପାତ୍ରରେ ପ୍ରଚୁର ଜଳ ରହିଛି । ଦିଆଯାଇଥିବା ଜାରଗୁଡ଼ିକ ସାହାଯ୍ୟରେ ଆପଣ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣର ଜଳ ମାପିବେ । ସାରଣୀ ୮.୧ରେ ଦିଆଯାଇଥିବା ୧ ନମ୍ବର ସମସ୍ୟା ସାହାଯ୍ୟରେ କିପରି ସମାଧାନରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ହେବ ବାଖ୍ୟା କରାଯାଇଛି ।

ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ ତିନୋଟି ଶୂନ୍ୟ ଜାର ଅଛି । 'କ' ଜାର ୨୧ ମିଲିଲିଟର, 'ଖ' ଜାର ୧୨୭ ମିଲିଲିଟର ଏବଂ 'ଗ' ଜାର ୩ ମିଲିଲିଟର ଜଳଧାରଣ କରିପାରିବ । ଏହି ତିନୋଟି ଜାର୍ ସାହାଯ୍ୟରେ ଆପଣଙ୍କୁ ୧୦୦ ମିଲିଲିଟର ଜଳ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ଅଛି । ତେଣୁ 'ଖ' ଜାରକୁ ଜଳପୂର୍ଣ୍ଣ କରନ୍ତୁ ଏବଂ 'ଖ' ଜାରରୁ ପ୍ରଚୁର ଜଳ ଢାଳି 'କ' ଜାର୍‌କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରନ୍ତୁ । ଜାର 'ଖ'ରୁ ଜାର 'କ'କୁ ଜଳ ଢାଳିସାରିବା ପରେ ଆପଣଙ୍କ ନିକଟରେ 'ଖ' ଜାରରେ ୧୦୬ ମିଲିଲିଟର ଜଳ ବଳକା ରହିବ । 'ଖ' ଜାର୍‌ରୁ ପ୍ରଚୁର ଜଳ ଢାଳି 'ଗ' ଜାରକୁ ଦୁଇଥର ପୂର୍ଣ୍ଣ କରନ୍ତୁ । 'ଖ' ଜାରରେ ଆପଣ ୧୦୦ ମିଲିଲିଟର ବଳକା ଜଳ ପାଇବେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଆଗକୁ ବଢନ୍ତୁ ଏବଂ ବଳକା ଛ'ଟି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରନ୍ତୁ ।

ସାରଣୀ ୮.୧ ଜଳଜାର ସମସ୍ୟା

ସମସ୍ୟା ନମ୍ବର	ଶୂନ୍ୟ ଜାରର ଧାରଣ କ୍ଷମତା (ମି.ଲି)			ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପରିମାଣ
	କ	ଖ	ଗ	
୧	୨୧	୧୨୭	୩	୧୦୦
୨	୧୪	୧୬୩	୨୫	୯୯
୩	୧୮	୪୩	୧୦	୫
୪	୯	୪୨	୬	୨୧
୫	୨୦	୫୯	୪	୩୧
୬	୧୪	୩୬	୮	୬
୭	୨୮	୭୬	୩	୨୫

ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀମାନେ ସମାନ ସୋପାନ (ଖ-କ-୨ଗ)କୁ ଅନୁସରଣ କରି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିପାରିବେ । ତେବେ ଷଷ୍ଠ ସମସ୍ୟାଟି ଜଟିଳ ଅଟେ । ସେହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପୂର୍ବ ପଦ୍ଧତି ପ୍ରୟୋଗ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇପାରିବ ଏବଂ ଏକ ସରଳ ତଥା ସିଧାସଳଖ ପଦ୍ଧତି ଯେଉଁଥିରେ 'କ'

ଜାର୍‌ରୁ 'ଗ' ଜାରକୁ ପାଣିଢାଳି (ଯଥା : କ-ଗ) ସମାଧାନ କରିହେବ । ତେବେ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ଯୋଗୁଁ (ପ୍ରଥମ ପାଞ୍ଚଟି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ମଧ୍ୟରେ ହୋଇଥିବା) ବ୍ୟକ୍ତି ସରଳତମ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସମାଧାନ ପ୍ରତି ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଅନ୍ଧ ହୋଇଯାଏ । ସପ୍ତମ ସମସ୍ୟାଟି ଦ୍ୱିତୀୟ ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା । ଏହି ସମସ୍ୟାରେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରଥମ (ପୂର୍ବ) ପଦ୍ଧତି ଅନୁସରଣ କରି (ଖ-କ-୨ଗ) ସମାଧାନରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୁଏ ନାହିଁ । '୨' ନମ୍ବର ସମସ୍ୟାରୁ '୭' ନମ୍ବର ସମସ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମାଧାନ ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଆବଶ୍ୟକ କରିଥିବା ସମୟକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବା ଚିତ୍ତାକର୍ଷକ ମନେହୁଏ । ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀ ୭ ନମ୍ବର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ପାଇଁ ସର୍ବାଧିକ ସମୟ ନେବେ, କାରଣ ସେ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରୟୋଗ ହୋଇଥିବା ପଦ୍ଧତି ସାହାଯ୍ୟରେ ସମସ୍ୟାଟି ସମାଧାନ କରିପାରିବେ ନାହିଁ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୮.୨

ନିମ୍ନ ଉତ୍ତରଗୁଡିକ 'ଠିକ୍' କିମ୍ବା 'ଭୁଲ' ଦର୍ଶାଅ ।

(କ) ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ତର ଦେଇ ଘଟିଥାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଖ) ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନକୁ ଅବରୋଧ କରିପାରେ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଗ) ମନୋକଳ୍ପ ଗୋଟିଏ ପ୍ରତ୍ୟୟକୁ ନେଇ ଗଠିତ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଘ) ମାନସିକ ପ୍ରତିରୂପ ମାନସିକ ପରିଚାଳନାକୁ କଠିନ ବୋଧ କରିଥାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

୮.୪ ବିଚାରକରଣ ଏବଂ ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ (Reasoning and Decision Making)

ବିଚାରକରଣ (Reasoning)

ବିଚାରକରଣ ଏକ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ବିଚାରକରଣ ତର୍କମୂଳକ ଚିନ୍ତନ, ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଏବଂ ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ବିଚାରକରଣରେ ଗୋଟିଏ ପରିବେଶରୁ ତଥ୍ୟ ଏବଂ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଥିବା ସଂଚିତ ତଥ୍ୟ କେତେକ ଉପସଂହାର କିମ୍ବା ଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ପ୍ରୟୋଗ ହୋଇଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ବିଚାରକରଣ ଏବଂ ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନିୟମଗୁଡିକୁ ଅନୁସରଣ କରେ । ଆମେ ବିଚାରକରଣକୁ ଦୁଇଟି ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରକାର ଅବରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ (deductive reasoning) ଏବଂ ଆରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ (inductive reasoning)ରେ ବର୍ଗୀକରଣ କରିପାରିବା । ଏହି ଦୁଇ ପ୍ରକାର ବର୍ଗୀକରଣକୁ ସଂକ୍ଷେପରେ ବିଚାର କରାଯାଉ ।

(କ) ଅବରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ (Deductive Reasoning)

ଅବରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣରେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରାଥମିକ ଦୃଢ଼କଥନ (aesertion) କିମ୍ବା ପ୍ରସ୍ତାବରୁ (premises) ସିଦ୍ଧାନ୍ତ କିମ୍ବା ଉପସଂହାରରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ । ଅବରୋହ ବିଚାରକରଣର ଏକ ଉଦାହରଣ ନ୍ୟାୟବାକ୍ୟ (syllogism) ଧାରଣ କରେ ଏବଂ ଏଥିରୁ ଗୋଟିଏ ଉପସଂହାର ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରାଯାଏ ।

ସମସ୍ତ 'କ', 'ଖ' ଅଟନ୍ତି (ପ୍ରସ୍ତାବ)

ସମସ୍ତ 'ଖ', 'ଗ' ଅଟନ୍ତି (ପ୍ରସ୍ତାବ)

ତେଣୁ ସମସ୍ତ 'କ', 'ଗ' ଅଟନ୍ତି

ଏହା ଏକ ଯୁକ୍ତି ସଂଗତ ନ୍ୟାୟବାକ୍ୟ । ଯୁକ୍ତି ଅସଂଗତ ନ୍ୟାୟବାକ୍ୟର ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ବିଚାର କରାଯାଉ ।

ସମସ୍ତ 'କ', 'ଖ' ଅଟନ୍ତି (ପ୍ରସ୍ତାବ)

କେତେକ 'ଖ', 'ଗ' ଅଟନ୍ତି (ପ୍ରସ୍ତାବ)

ତେଣୁ କେତେକ 'କ' 'ଗ' ଅଟନ୍ତି

ଏହା ଏକ ଅସଂଗତ ଉପସଂହାରର ଉଦାହରଣ ଅଟେ ।

ଅବରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣରେ ଆମେ ବିଶେଷତଃ ସାଧାରଣରୁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟକୁ ଗତି କରୁ । ଆମେ ସେହି ଏକ ପ୍ରକାର ସାଧାରଣ ନିୟମରେ "ଯଥା : ସମସ୍ତ ମଣିଷ ମରଣଶୀଳ,

ତେଣୁ ରମେଶ ଏକ ମଣିଷ, ରମେଶ ମରଣଶୀଳ'' ଏହାକୁ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାଉ ।

(ଖ) ଆରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ (Inductive Reasoning)

ଅବରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ ତୁଳନାରେ ଆରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବିପରୀତ ଅଟେ । ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ଉପଲବ୍ଧ ଘଟଣାକୁ କୌଣସି ଏକ ସମ୍ଭାବିତ ବିଷୟରେ ଏକ ଉପସଂହାର ରୂପେ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିଥାଉ । ଆରୋହ ବିଚାର କରଣରେ ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ଘଟଣାଗୁଡ଼ିକୁ ବିଚାର କରୁ ଏବଂ କେଉଁ ସାଧାରଣ ନିୟମଗୁଡ଼ିକ ସମସ୍ତ ଘଟଣାକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରେ ତାହା ନିର୍ଣ୍ଣୟ (ସିଦ୍ଧାନ୍ତ) କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁ । ଏକ ଉଦାହରଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଆରୋହ ବିଚାର କରଣର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଉ ।

ମନେକର ଆପଣ ନିଜର ସ୍କୁଟର ଚାବି ଖୋଜି ପାଇବାକୁ ସମର୍ଥ ହେଲେ ନାହିଁ । ସାଧାରଣତଃ,

ଆପଣ ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ଚାବି ରଖନ୍ତି, ସେହି ସ୍ଥାନକୁ ଖୋଜିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କଲେ । କିନ୍ତୁ ଆପଣ ତାହା ସେଠାରେ ପାଇଲେ ନାହିଁ । ଏଠାରେ ଆପଣ ନିଜ ସ୍ମୃତିକୁ ପୁନରୁଦ୍ଧାର କରିବା ପାଇଁ ଆରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ ପ୍ରୟୋଗ କଲେ । ମୁଁ ସ୍କୁଟର ଚାବି ନେଇଛି ଏବଂ ଆଉ ଏକ ଚାବି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରବେଶ ଦ୍ୱାର ଖୋଲିଲି ଏବଂ ଘରକୁ ପଶିଲି । ଘରେ ପ୍ରବେଶ କରି ତତ୍‌କ୍ଷଣାତ୍ ମୁଁ ଦେଖିଲି ଯେ ଟେଲିଫୋନ୍‌ଟି ବାଜୁଥିଲା । ମୁଁ କଲଟିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଆଗେଇଗଲି । ମୋତେ ଏକ ବାର୍ତ୍ତା ଲେଖିବାକୁ ଥିଲା । ମୁଁ ମୋ ପକେଟରୁ କଲମ ନେଲି ଏବଂ ଟେଲିଫୋନ୍ ଡାଏରୀରେ ଟେଲିଫୋନ ନମ୍ବରଟି ଲେଖିଲି । ମୁଁ ନିଶ୍ଚୟ ଚାବିଟି ଟେଲିଫୋନ ନିକଟରେ ରଖିଥିବି । ଏହାପରେ ଆପଣ ସେଠାକୁ (ଟେଲିଫୋନ ପାଖକୁ) ଚାବି ଖୋଜିବାକୁ ଯିବେ ଏବଂ ତାହା ଟେଲିଫୋନ ନିକଟରେ ପାଇବେ ।

ଅଧିକାଂଶ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଗବେଷଣା କ୍ଷେତ୍ର ଆରୋହ ବିଚାରକରଣ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥାଏ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ଏବଂ ସାଧାରଣ ଲୋକମାନେ ଅନେକ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତକୁ ବିଚାର କରନ୍ତି ଏବଂ କେଉଁ ସାଧାରଣ ନିୟମ ସେହିସବୁଗୁଡିକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରୁଛି ତାହା ସ୍ଥିର କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଗୋଟିଏ ୧୫ ବର୍ଷ ବୟସର ବାଳକ ଅସ୍ଥିରଚିତ୍ତ, ଅଗ୍ରଧର୍ଷୀ, ଅଧୈର୍ଯ୍ୟ, ଅତିକ୍ରିୟାଶୀଳ (hyper-active) ଅଟେ । ସେ ଜଣେ ଅପ୍ରାପ୍ତ ବୟସ୍କ (teenager) ଅଟେ । "ସେ ଜଣେ ଅପ୍ରାପ୍ତ ବୟସ୍କ" ଏହି ସାଧାରଣ ବିବୃତ୍ତି ତାର ଆଚରଣକୁ ଅଧିକ ସାଧାରଣ ବିବୃତିରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ ।

ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ (Decision Making)

ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଆମେ ଅନେକ ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ, ଅର୍ଥନୈତିକ, ସାମାଜିକ ଏବଂ ରାଜନୈତିକ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଉ, ଯାହାର ସୁଦୂର ପ୍ରସାରୀ ଫଳାଫଳ ଥାଇପାରେ । ଆପଣ ଯେତେବେଳେ ନିଜ ଅଧ୍ୟୟନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପଦାର୍ଥ ବିଜ୍ଞାନକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବିଷୟ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଅନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନରେ ସୁଦୂର ପ୍ରସାରୀ ଫଳ ଆଣିପାରେ । ଆମେ ଅନେକ ସମୟରେ ନିୟମ ଆଧାରିତ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥାଉ । ଯଥା ସକାଳ ଜଳଖିଆରେ କ'ଣ ଖାଇବାକୁ ହେବ କିମ୍ବା କେଉଁ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଯିବାକୁ ହେବ । ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବା ସମୟରେ ଆମେ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତୀକୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି ବିଚାର କରୁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ତୁମର ଅତି ନିକଟ ସମ୍ପର୍କୀୟ କେହି ଜଣେ ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଛନ୍ତି ଏବଂ ଡାକ୍ତର ରୋଗୀଙ୍କୁ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ପରେ, ତାଙ୍କ ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ, ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର କରିବାକୁ ଅନୁମୋଦନ କଲେ । ଡାକ୍ତରଙ୍କ ଅନୁମୋଦନ ଅନୁଯାୟୀ ଆଗେଇଯିବା ପାଇଁ ଆପଣ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବା ପୂର୍ବରୁ କେତେକ ବିକଳ୍ପ ବିଷୟରେ ବିଚାର କରିବେ । ଏହି ବିକଳ୍ପଗୁଡିକ ଏପରି ହୋଇପାରେ ଯଥା : ଦ୍ୱିତୀୟମତ ନେବା, ବିକଳ୍ପ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ବିଷୟରେ ବିଚାର କରିବା, ରୋଗୀ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାରକୁ ପ୍ରତିରୋଧ

କରିପାରିବେ କିମ୍ବା ନାହିଁ, କେଉଁ ଡାକ୍ତର ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର କରିବେ, କେଉଁ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର କରାଯିବ, ଆର୍ଥିକ ସମ୍ପୃକ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରାସଙ୍ଗିକ ସୂଚନାକୁ ବିଚାର କରିବା ପରେ ଆପଣ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବେ ।

୮.୫ ବିଚାର ଏବଂ ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ (Judgement and Decision Making)

ବିଚାର ଏବଂ ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ ଅନ୍ତସମ୍ବନ୍ଧୀ (interrelated) ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟନ୍ତି । ବିଚାର କରିବା ଜଗତ ବିଷୟକ /ଜାଗତିକ (ବସ୍ତୁ ଘଟଣା, ବ୍ୟକ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି) ତଥ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ମୂଲ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ହୋଇଥିବାବେଳେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଚୟନ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥାଏ । ଏକ ଉଦାହରଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରାଯାଉ । ବିଚାରପତି ତର୍କ ଶୁଣନ୍ତି ଏବଂ ଓକିଲମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସଂଗୃହୀତ ସାକ୍ଷ୍ୟ/ ପ୍ରମାଣକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରନ୍ତି । ଅପରପକ୍ଷରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିବା ଏକ ପ୍ରକାର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ, ଯେଉଁଥିରେ ସ୍ୱଳ୍ପବିକଳ୍ପ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଏଥିମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ଚୟନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଆପଣଙ୍କୁ ବିମାନ ବନ୍ଦରକୁ ଯିବାକୁ ଅଛି ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ତିନୋଟି ବାଟ ରହିଛି । ଆପଣ ତିନୋଟି ବାଟ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟିରେ ଥିବା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପ୍ରକାର ଭଲ ଓ ମନ୍ଦ ଦିଗ ବିଚାର କରିବେ ଏବଂ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବେ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୮.୩

ବିବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଠିକ୍ କିମ୍ବା ଭୁଲ ଚିହ୍ନଟ କର ।

(କ) ବିଚାରକରଣ ଉପଲବ୍ଧ ତଥ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ବହିର୍ଭୂତ କିମ୍ବା ଅଧିକ ତଥ୍ୟ ଜାଣିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଖ) ଆରୋହ ପଦ୍ଧତି ସାଧାରଣରୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଆଡକୁ ଗତି କରେ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଗ) ଅବରୋହାତ୍ମକ ପଦ୍ଧତି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରରୁ ସାଧାରଣକୁ ଗତି କରେ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

୮.୬ ଭାଷା ଏବଂ ଚିନ୍ତନ (Language and Thought)

କଳ୍ପନା କରନ୍ତୁ, ଆମେ ଯାହା ପରିପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଛେ, ଯଦି ତାହା କରିବା ପାଇଁ ଆମ ପାଖରେ ଭାଷା ନଥାନ୍ତା, ତେବେ କ'ଣ ହୁଅନ୍ତା ? ଭାଷାବିନା ଆମର ଅନୁଭବକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଭାବଜ୍ଞାପନ/ଯୋଗାଯୋଗ (communicate) କରିବାକୁ ସମ୍ଭବ ହୁଅନ୍ତା ନାହିଁ । ଭାଷା ଗ୍ରହଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅତି ଭାବୋଦ୍ଦୀପକ । ଶିଶିକୁ ଛ'ମାସ ବୟସ ହେଲେ ସେ ପ୍ରଥମେ ମା'.... ମା'.... ମା... (ଅସ୍ଫୁଟ ଭାଷା) କହିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ ଏବଂ ଏହା ଶିଶୁ ତଥା

ପିତାମାତା ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଆନନ୍ଦଦାୟକ ଶବ୍ଦ ହୋଇଥାଏ । ଧୀରେ ଧୀରେ ଶିଶୁ ମା' ମା' ଏବଂ 'ପା ପା' କହିବାକୁ ଶିଖେ ଏବଂ କ୍ରମଶଃ ଅନ୍ୟ ଏକାକ୍ଷର (mono-syllables) ଆରମ୍ଭ କରେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଦୁଇ ବା ତତୋଧିକ ଶବ୍ଦର ତୁଳନା କରି ତାର ଆବଶ୍ୟକତା ଇତ୍ୟାଦିକୁ ଜ୍ଞାପନ କରିଥାଏ । ପ୍ରଥମେ ଶିଶୁ ଘରେ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ଭାଷାରେ ଭାବଜ୍ଞାପନ କରିବକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଶିଶୁ ଏକ ଔପଚାରିକ (formal) ଭାଷା (ଇଂରାଜୀ) ଶିକ୍ଷଣ କରେ । ଶିଶୁ ତା'ପରେ ଦୁଇଟି ଭାଷା ଶିଖିପାରେ । "ମା... ମା... ମା..." ଉଚ୍ଚାରଣରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଭାଷା ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣଦକ୍ଷତା ପ୍ରାପ୍ତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାତ୍ରା କରିବା (ପହଞ୍ଚିବା) ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଅଟେ । କେତେକ ଲୋକ ସୃଜନଶୀଳ ଲେଖକ, କବି ଏବଂ ଉପନ୍ୟାସକାର ହୁଅନ୍ତି । ଭାଷାର ପ୍ରୟୋଗ ହିଁ ଆମକୁ ପଶୁଙ୍କ ଠାରୁ ଭିନ୍ନ କରିଥାଏ ।

ଭାଷାର ପ୍ରୟୋଗ (Use of Language)

ଶିଶୁମାନେ ଦୁଇଶବ୍ଦ ବିଶିଷ୍ଟ ଉଚ୍ଚାରଣରୁ ଅଧିକ ଜଟିଳ ବାକ୍ୟ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ଦ୍ରୁତ ଭାବରେ ଅଗ୍ରଗତି କରିଥାନ୍ତି । ତିନିବର୍ଷ ବୟସ ହେବା ସମୟକୁ, ଅନେକ ଶିଶୁ "ମୁଁ ଏହି କଣ୍ଢେଇ ଚାହେଁ, କାରଣ ଏହା ବଡ଼" ଆଦି ଜଟିଳ ବାକ୍ୟ ଗଠନ କରନ୍ତି । ଏହିପରି ବିକାଶ ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରେ ଶିଶୁ କ୍ରନ୍ଦନ, ଘୁମୁରା ଶବ୍ଦ ଏବଂ ଅସ୍ଫୁଟ ଭାଷାର ପ୍ରୟୋଗରୁ ଆରମ୍ଭ କରି କ୍ରମଶଃ ତାର ଭାଷାରେ ସାମାଜିକତା ଲାଭ ହୁଏ । ତେଣୁ ସେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ କଥୋପକଥନରେ ପ୍ରଭାବୀ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ଏବଂ ଉତ୍ତମ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୁଅନ୍ତି ।

ଭାଷା ଚିନ୍ତନର ଯାନ ଏବଂ ସମସ୍ତ ସାମାଜିକ କ୍ରିୟା ଅନୁକ୍ରିୟାର ଏକ ଯନ୍ତ୍ର । ଭାଷା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ (intentions), ଅନୁଭବ, ଅଭିପ୍ରେରଣ, ମନୋବୃତ୍ତି ଏବଂ ବିଶ୍ୱାସ ଇତ୍ୟାଦି ବହନ କରିଥାଏ ।

ଭାଷା ଏବଂ ଯୋଗାଯୋଗ/ ଭାବ ଜ୍ଞାପନ (Language and Communication)

ସଂକେତର ପ୍ରଣାଳୀ ପ୍ରୟୋଗ କରି ଆମେ ତଥ୍ୟ ଜ୍ଞାପନ (communicate) କରିଥାଉ । ଭାଷା ସେହିପରି ଏକ ସଂକେତ ପ୍ରଣାଳୀ । ଏହାର ଦୁଇଟି ମୌଳିକ ଲକ୍ଷଣ ଅଛି, ଯଥା : ସଂକେତର ଉପସ୍ଥିତି ଏବଂ ଯୋଗାଯୋଗ । ସଂକେତ କେତେକ ଘଟଣାର ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରେ କିମ୍ବା ଆଧାର ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଘର, ବିଦ୍ୟାଳୟ, ଅଫିସ, ମନ୍ଦିର ଇତ୍ୟାଦି, ସମସ୍ତ ପକ୍କାଘର ଅଟେ । ତେବେ, ଏହିସବୁ ପକ୍କାଘର କୌଣସି ବସ୍ତୁକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରିଥାଏ, ଯାହା "ପକ୍କାଘର" ଧାରଣ କରିଛି, ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ କିଛି ଅର୍ଥ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ । ଘର ଏକ ସ୍ଥାନ ଯେଉଁଠାରେ ଗୋଟିଏ ପରିବାର ବାସ କରେ ଏବଂ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଏକ ପକ୍କାଘର

ଯେଉଁଠାରେ ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷାଦାନ କରାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ଏହି ଶବ୍ଦଗୁଡିକ (ଯଥା: ବିଦ୍ୟାଳୟ, ଘର) ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ସେଗୁଡିକ ଅର୍ଥ ଲାଭ କରିଥାଏ ଏବଂ ଆମେ ସେହି ଶବ୍ଦଗୁଡିକୁ ଚିହ୍ନ ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ ପାଇଁ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାଉ । ତେଣୁ ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ଅନ୍ୟ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମନ୍ଦିର ଯାଉଛନ୍ତି ବୋଲି କହନ୍ତି, ଆପଣ ଏଠାରେ ପୂଜା କରିବା ପାଇଁ ଏକ ସ୍ଥାନକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ବୋଲି ଭାବ ଜ୍ଞାପନ କରନ୍ତି ।

ପ୍ରତିଦିନ ବ୍ୟବହାର ହେଉଥିବା ବାସ୍ତବବସ୍ତୁ ଏବଂ ଅଭିଜ୍ଞତା ସହ ମିଶି ଭାଷା ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ବିମୂର୍ତ୍ତ ଚିନ୍ତନ (ଯଥା : ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ଗଣତନ୍ତ୍ର) ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶ, ଯାହାକୁ ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ଠାଣି କୁହାଯାଏ, ତାହାରି ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ କରିଥାଉ । ଏହି ପ୍ରକାର ଯୋଗାଯୋଗକୁ ଅଣବାଚନିକ (non-verbal) ଯୋଗାଯୋଗ କୁହାଯାଏ । ଦେଖାଯାଉଛି ଯେ ଗୋଟିଏ ସାଂକେତିକ (sign) ଭାଷା ମଧ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟ ଭାଷାର ଏକ ରୂପ ଅଟେ ।

ଭାଷା ଏବଂ ଚିନ୍ତନ (Language and Thinking)

ଅନେକ ସମୟରେ ଲୋକମାନେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି ଯେ ଭାଷା ଚିନ୍ତନ ପାଇଁ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ନା ନୁହେଁ, ଭାଷାବିନା ଚିନ୍ତନ କ'ଣ ସମ୍ଭବ ? ଆମର ଅଧିକାଂଶ ଚିନ୍ତନ ଶବ୍ଦ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ଏକଥା ପ୍ରମାଣିତ ଯେ ଭାଷା ଏବଂ ଚିନ୍ତନ ସମ୍ପର୍କିତ ଅଟନ୍ତି । ୱାଟ୍‌ସନ୍ (Watson) ଚିନ୍ତନକୁ "ଅନ୍ତରୀଣ ବାକ୍ୟ" (inner speech) ଭାବେ କହିଛନ୍ତି । ଯଦି ଭାଷା ଚିନ୍ତନ ପାଇଁ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ତେବେ ଏକ ସ୍ୱଷ୍ଟ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠେ ଯେ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଭାଷା ନାହିଁ, କିମ୍ବା ଯେଉଁ ଲୋକମାନଙ୍କର ଭାଷା ଉତ୍ତମ ଭାବରେ ବିକଶିତ ହୋଇନାହିଁ (ଛୋଟ ଶିଶୁମାନେ), ସେମାନଙ୍କର କ'ଣ ହୁଏ ? ଯୁକ୍ତି କରାଯାଇଛି ଯେ ଏପରି ଲୋକ ସାଙ୍କେତିକ ଭାଷା ବ୍ୟବହାର କରିପାରନ୍ତି ଏବଂ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କର ଚିନ୍ତାଧାରା ବୁଝିପାରନ୍ତି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ବଧିର ବ୍ୟକ୍ତି ଚିନ୍ତା କରିପାରନ୍ତି ଏବଂ ସାଙ୍କେତିକ ଭାଷା (sign language)ରେ ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତି । ଜଣେ କହିପାରେ ଯେ ଭାଷା ଚିନ୍ତନର ଏକ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ଯନ୍ତ୍ର (tool) କିନ୍ତୁ ଭାଷାବିନା ଚିନ୍ତନ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ ।

ଭାଷା ଚିନ୍ତନ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ଏବଂ ସେହି ଏକ ସମୟରେ ଭାଷା ଚିନ୍ତନର ଯାନ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ତାହା ହେଉଛି, ଆମେ ଯାହା ଚିନ୍ତା କରୁ, ତାହା ଭାଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଜ୍ଞାପନ କରାଯାଏ ।

ଆପଣ କ'ଣ ଶିଖିଲେ

- ଚିନ୍ତନ ଏକ ମାନସିକ କିମ୍ବା ବୌଦ୍ଧିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯାହା ଅନେକ ସମୟରେ ଏକ ସମସ୍ୟାମୂଳକ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ।

- ଚିନ୍ତନ ଅନେକ ପ୍ରକାର ମାନସିକ ସଂରଚନା (mental structure) ଯଥା : ପ୍ରତ୍ୟୟ, ମନୋକଳ୍ପ ଏବଂ ମାନସିକ ପ୍ରତିରୂପ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ।

- ପ୍ରତ୍ୟୟଗୁଡିକ ବର୍ଗୀକରଣ ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହୋଇଥିବା ଶ୍ରେଣୀର ନାମ ଅଟେ । ପ୍ରତ୍ୟୟ ଗଠନ ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ ଏବଂ ବିଭେଦୀକରଣ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ପ୍ରତ୍ୟୟ ମୂର୍ତ୍ତ କିମ୍ବା ଅମୂର୍ତ୍ତ ହୋଇପାରେ ।

- ମନୋକଳ୍ପ (scheme) ଏକ ମାନସିକ ଗଠନକୁ ବୁଝାଏ, ଯାହା ଅନେକ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଏବଂ ପ୍ରତିରୂପକୁ ନେଇ ଗଠିତ ।

- ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଚିନ୍ତନର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ । ଏହା ଏକ ସମସ୍ୟାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ, ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ମାନସିକ କ୍ରିୟା ସହ ଗତି କରେ ଏବଂ ଶେଷରେ ଏକ ସମାଧାନରେ ପହଞ୍ଚେ, ଯାହା ସମସ୍ୟାର ଅନ୍ତ କରେ ।

- ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ବିକଶିତ ମାନସିକ ବିନ୍ୟାସ ଦୃଢତା (Rigidity) ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ଏବଂ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନରେ ଏକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ହୋଇପାରେ ।

- ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ବିଚାରକରଣ ଏକ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ଦୁଇ ପ୍ରକାର ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରକରଣ ଅଛି, ଯଥା : ଅବରୋହାତ୍ମକ ଏବଂ ଆରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ । ଅବରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ ସାଧାରଣ ପ୍ରସ୍ତାବରୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉପସଂହାରକୁ ଗତି କରିଥାଏ । ବିପରୀତକ୍ରମରେ ଆରୋହାତ୍ମକ ବିଚାରକରଣ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ତଥ୍ୟରୁ ସାଧାରଣ ଉପସଂହାରଗୁଡିକୁ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିଥାଏ ।

- ନିଷ୍ପତ୍ତିକରଣ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଏକ ସାଧାରଣ ବୌଦ୍ଧିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା, ଯେଉଁଥିରେ ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଉପାଦକକୁ ବିଚାରକୁ ନେଉ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟଧାରା ବିଷୟରେ ଯୋଜନା କରିଥାଉ । ବିଚାର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଉପଲବ୍ଧ ତଥ୍ୟର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

- ଭାଷା ଚିନ୍ତନର ଏକ ଯାନ । ସଂକେତ ସାହାଯ୍ୟରେ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବାକୁ ଭାଷା ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବିମୂର୍ତ୍ତ ଧାରଣା ଏବଂ ଚିନ୍ତନକୁ ସଂଚରଣ କରିବା ପାଇଁ ଭାଷା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭାବରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଆମେ ଭାଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଚିନ୍ତା କରୁଥିବାବେଳେ ଭାଷା କିନ୍ତୁ

ଚିନ୍ତନ ପାଇଁ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ହୁଏ ନାହିଁ । ବଧିରମାନଙ୍କର ଭାଷା ନଥାଏ, ତଥାପି ବଧିର ବ୍ୟକ୍ତି ଚିନ୍ତା କରିପାରେ ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ଏକ ପ୍ରତ୍ୟୟ ବାଖ୍ୟାକର ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟୟ କିପରି ଗଠନ ହୁଏ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ।

୨. ଚିନ୍ତନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ମୁଖ୍ୟ ଉପଦାନଗୁଡିକ କ'ଣ ?

୩. ସମସ୍ୟା ସମାଧାନରେ ଥିବା ସ୍ତରଗୁଡିକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ଏବଂ ତାହାକୁ ଦର୍ଶାଇବା ପାଇଁ ଏକ ଉଦାହରଣ ଦିଅ ।

୪. ଚିନ୍ତନ ପାଇଁ ଭାଷାର ଗୁରୁତ୍ୱ କ'ଣ ?

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର ଉତ୍ତର

୮.୧ (କ) ବୌଦ୍ଧିକ (ଖ) ଶ୍ରେଣୀ କରଣ (ଗ) ବିମୂର୍ତ୍ତ, ମୂର୍ତ୍ତ

(ଘ) ବିଭେଦୀକରଣ, ବ୍ୟାପ୍ତିକରଣ (ଙ) ତଥ୍ୟ ପ୍ରକ୍ରିୟାକରଣ

୮.୨ (କ) ଠିକ୍, ଖ) ଠିକ୍ (ଗ) ଭୁଲ (ଘ) ଭୁଲ

୮.୩ (କ) ଠିକ୍, (ଖ) ଭୁଲ (ଗ) ଭୁଲ

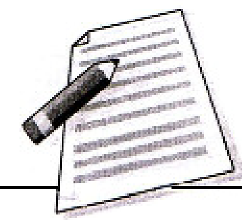
ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ପାଇଁ ସୂଚନା

୧. ୮.୧ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୨. ୮.୧ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୩. ୮.୨ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୪. ୮.୬ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।



୯

ଅଭିପ୍ରେରଣା
MOTIVATION

ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ଆସନ୍ତି, ଆପଣ କ୍ଷୁଧା ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ଏବଂ କିଛି ଖାଇବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି । ଆପଣ ଖାଇବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି କାରଣ ଗୋଟିଏ ଶକ୍ତି ଆପଣଙ୍କୁ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ବାଧ କରେ । ସେହିପରି ଯଦି ଗୋଟିଏ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଯାଏ, ଆପଣ କାହିଁକି ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଯୋଗଦେବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ? ଏହାର ଉତ୍ତର ବିଭିନ୍ନ ଭାବରେ ଦିଆଯାଇପାରିବ, ଯଥା : ଆପଣ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି କିମ୍ବା ଆପଣ ଭଲ ଚାକିରୀଟିଏ କରିବାକୁ ଡିଗ୍ରୀ ଆବଶ୍ୟକ କରନ୍ତି । ଆପଣ ଅନେକ ବନ୍ଧୁ କରିବାକୁ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଯୋଗଦେବାକୁ ଚାହିଁପାରନ୍ତି । "ଆଚରଣ କାହିଁକି ?'' ଏହି ମୌଳିକ ପ୍ରଶ୍ନ କିମ୍ବା ଯେଉଁ ଉପାଦକଗୁଡିକ ଆମକୁ କେତେକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ବାଧ କରନ୍ତି, ତାହା ଜାଣିବା ପାଇଁ ଆମକୁ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା "ଅଭିପ୍ରେରଣା" ଅଧ୍ୟୟନ କରିବାକୁ ପଡେ । ଏହି ଅଧ୍ୟାୟରେ ଆପଣ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ପ୍ରକୃତି, ଅଭିପ୍ରେରଣାର ପ୍ରକାର, ଅନ୍ତଃ ଓ ବାହ୍ୟ ଅଭିପ୍ରେରଣା, ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଏବଂ ହତାଶା ବିଷୟରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବେ । ଅଭିପ୍ରେରଣାର ବୋଧଜ୍ଞାନ କାର୍ଯ୍ୟର ଗତିଶୀଳ ଦିଗକୁ ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି ଦେବା ପାଇଁ ଆମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରେ

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଏହି ପାଠଟି ପଢିବା ପରେ ଆପଣ :

- ଅଭିପ୍ରେରଣାର ଅର୍ଥ ବାଖ୍ୟା କରିପାରିବେ;
- ଅଭିପ୍ରେରଣାର ପ୍ରକାର ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ;
- ଅନ୍ତଃ ଓ ବାହ୍ୟ ଅଭିପ୍ରେରଣା ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦର୍ଶାଇପାରିବେ;
- ଆତ୍ମ ସାମର୍ଥ୍ୟ, ଜୀବନର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏବଂ ମୂଲ୍ୟବୋଧକୁ ଅଭିପ୍ରେରକ ଭାବେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ; ଏବଂ
- ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଓ ହତାଶାକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ ।

୯.୧ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ଅର୍ଥ (Meaning of Motivation)

ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱରେ ସର୍ବାଧିକ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ଶବ୍ଦ ମଧ୍ୟରୁ ଅଭିପ୍ରେରଣା/ଅଭିପ୍ରେରଣ (motivation) ଗୋଟିଏ । ଏହା ପ୍ରାଣୀକୁ ଗତିଶୀଳ କିମ୍ବା କ୍ରିୟାଶୀଳ କରାଉଥିବା ଉପ୍ତାଦକଗୁଡିକୁ ବୁଝାଏ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଦେଖୁ ଯେ ଲୋକମାନେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ଉପସ୍ଥିତି ଅଛି ବୋଲି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ କରୁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆମେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିପାରିବା ଯେ ଜଣେ ଛାତ୍ର ତାର ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ (ଅଧ୍ୟୟନ) ପାଇଁ କଠିନ ପରଶ୍ରମ କରେ । ଏଥିରୁ ଆମେ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ (infer) କରିବା ଯେ ବ୍ୟକ୍ତିର ସଫଳତା ପାଇବା ପାଇଁ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଅଛି ।

ମନୁଷ୍ୟର ସମସ୍ତ ଆଚରଣ ଅନ୍ତଃ (ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ) କିମ୍ବା ବାହ୍ୟ (ପରିବେଶୀୟ) ଉଦ୍ଦୀପକକୁ ଅନୁକ୍ରିୟା ସ୍ୱରୂପ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଆଚରଣଗୁଡିକ ଅନିୟମିତ ନୁହେଁ । ସେଗୁଡିକ ଅନେକ ସମୟରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କିମ୍ବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟମୂଳକ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଅନେକ ସମୟରେ କୁହାଯାଏ ଆଚରଣ ହେଉଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ଜାଗରଣର ପରିଣାମ । ଏହିପରି ଅଭିପ୍ରେରଣାର ସଂଜ୍ଞା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇପାରେ ଯେ ଏହା ଆଚରଣକୁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ କ୍ରିୟାଶୀଳ, ପରିଚାଳିତ ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ କରୁଥିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା । ବ୍ୟକ୍ତି ଥରକ ପାଇଁ ବାଞ୍ଛିତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କଲେ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ସାଧାରଣତଃ ଶେଷ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେଉଁ ପ୍ରକ୍ରିୟା କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରାଏ, ତାହାକୁ ପଦ୍ଧତିଗତ ବିଶେଷତ୍ୱରେ (technically) ଅଭିପ୍ରେରଣା କୁହାଯାଏ । ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ଆଚରଣକୁ ପରିଚାଳିତ କରିବା ହେଉଛି ଅଭିପ୍ରେରଣାର ମୌଳିକ ଧର୍ମ । ଅଭିପ୍ରେରଣାକୁ ସର୍ବଦା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ (observation) କରି ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହାକୁ ଅନୁମାନ କରାଯାଏ ଏବଂ ଆଚରଣକୁ ବାଖ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ପଚାରୁ "ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା କ'ଣ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରେ ?" ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ବୁଝୁ ସେ ଯେପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରେ, ସେପରି ଭାବରେ ଆଚରଣ କାହିଁକି ପ୍ରଦର୍ଶନ କରେ । ଅନ୍ୟ ବାକ୍ୟରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଆଚରଣର କାରଣ କିମ୍ବା "କାହିଁକି ଆଚରଣ ?" ବୁଝାଇବାକୁ ବ୍ୟବହାର ହୁଏ ।

ଏହା ଏକ କୌତୁହଳ ବିଷୟ ଯେ ଆମର ସମସ୍ତ ଅଭିପ୍ରେରଣା ବିଷୟରେ ଆମେ ଜ୍ଞାତ ନଥାଉ । ଆଚରଣ ମଧ୍ୟ ଅଚେତନ (unconcious) ଅଭିପ୍ରେରଣା ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହୁଏ । ଯଦି ଅଭିପ୍ରେରଣା ବିଷୟରେ ଆମର ବୁଝାମଣା ସଠିକ୍ ଥାଏ, ଆଚରଣକୁ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିବାରେ ଆମେ ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ସାଧନ (tool) ପାଇଥାଉ । ଆମେ ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ଆଚରଣକୁ ବିଭିନ୍ନ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଭିତ୍ତିରେ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିଥାଉ ।

ଅଭିପ୍ରେରଣା ମଧ୍ୟ ଆଚରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି

ଭବିଷ୍ୟତରେ କ'ଣ କରିବ, ତାହା ଆମେ କହିପାରିବା । ସଠିକ ଭାବରେ କ'ଣ ହେବ, ଅଭିପ୍ରେରଣା ନକହିପାରେ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଆମକୁ ବ୍ୟକ୍ତିର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ପରିସର (range) ବିଷୟରେ ଧାରଣା ଦେଇଥାଏ । ଏହିପରି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଶିକ୍ଷାକ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳ ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଥିଲେ, ସେ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରିବ, କ୍ରୀଡାରେ ଚମତ୍କାରିତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାର ଦୃଢ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଭବ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ସେ କ୍ଷେତ୍ରରେ କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ । ସେହିପରି ବ୍ୟବସାୟରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଘଟିଥାଏ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୯.୧

୧. ସଠିକ ବିକଳ୍ପ ଦ୍ୱାରା ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

(କ) ପ୍ରାଣୀ ମଧ୍ୟରେ .... ଆରମ୍ଭ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଅଭିପ୍ରେରଣ କୁହାଯାଏ ।

(ଖ) ସମସ୍ତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟମୂଳକ ଆଚରଣ .... ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ।

(ଗ) ଅଭିପ୍ରେରଣା ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ମୂଳକ................ ।

(ଘ) ଅଭିପ୍ରେରଣା .... ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

୨. ଅଭିପ୍ରେରଣା ବ୍ୟାଖ୍ୟା କର ।

....

....

....

....

୯.୨ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ମୂଳ ପ୍ରତ୍ୟୟ (Key Concepts of Motivation)

ଅଭିପ୍ରେରଣା ଅଧ୍ୟାୟ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା ସମୟରେ ଆପଣ ଆବଶ୍ୟକତା, ଲକ୍ଷ୍ୟ, ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଆଦି ଶବ୍ଦଗୁଡିକ ସହ ପରିଚିତ ହେବେ । ଏଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରୁ କିଛି ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ବୁଝାଯାଉ ।

(କ) ଆବଶ୍ୟକତା ଏବଂ ପ୍ରବର୍ତ୍ତକ (Needs and Motives)

ପ୍ରାଣୀ ପାଇଁ ଜରୁରୀ ହେଉଥିବା କେତେକ ବସ୍ତୁର ଅଭାବ କିମ୍ବା ନିଅଣ୍ଟିଆ ସ୍ଥିତିକୁ ଆବଶ୍ୟକତା କୁହାଯାଏ । ଶାରୀରିକ ସମତାବସ୍ଥା (homoeostasis) କିମ୍ବା ସନ୍ତୁଳନତା ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ କରିବା ଜରୁରୀ ହୋଇଥାଏ ।

ଆବଶ୍ୟକତା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ହୋଇଥାଏ । ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ପାଣିର ଆବଶ୍ୟକତା ଏକ ଶାରୀରିକ (Physiological) ଆବଶ୍ୟକତା, ଯାହାକି ପ୍ରାଣୀଠାରେ ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ପାଣିର ଅଭାବ କିମ୍ବା ନିଅଣ୍ଟ ଯୋଗୁଁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ମଳମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ମଧ୍ୟ ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଯାହାକି ପ୍ରାଣୀ ଶରୀରରୁ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁ ନିଷ୍କାସନ ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ । ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ସହ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିବା ଏକ ସାମାଜିକ ଆବଶ୍ୟକତା । ପ୍ରତିଷ୍ଠା, ମର୍ଯ୍ୟାଦା, ସ୍ନେହ, ଆତ୍ମସମ୍ମାନ ଆଦି ଅନ୍ୟ କେତେକ ସାମାଜିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟେ । ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ ନହୋଇପାରିଲେ, ବ୍ୟକ୍ତି ସେଥିପ୍ରତି ଅଧିକ ସଚେତନ ହୋଇଥାଏ । ଅନ୍ୟ ଶବ୍ଦରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ଆପଣ ଭୋକିଲା ଥିଲେ ଖାଦ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥାନ୍ତି ଏବଂ ଯେତେବେଳେ ଶୋଷ ଲାଗୁଥାଏ ପାଣିର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି । ଏହିସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣ କିଛି ବସ୍ତୁର ବଞ୍ଚିତ ସ୍ଥିତିରେ ରହିଥାନ୍ତି ଏବଂ ଆପଣଙ୍କର ଶାରୀରିକ ଅସନ୍ତୁଳନ ହେଇଥାଏ ।

ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକୁ ବ୍ୟାପକ ଭାବରେ ମୌଳିକ (primary needs) କିମ୍ବା ଶାରୀରିକ (physiological) ଆବଶ୍ୟକତା ଏବଂ ଗୌଣ (secondary needs) କିମ୍ବା ସାମାଜିକ (social) ଆବଶ୍ୟକତା ରୂପରେ ଶ୍ରେଣୀଭୁକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ । କ୍ଷୁଧା, ତୃଷ୍ଣା, ଯୌନ ପ୍ରଣୋଦନା, ନିଦ୍ରା ଏବଂ ବିଶ୍ରାମ ତଥା ନିଷ୍କାସନ ଜନିତ ଆବଶ୍ୟକତା ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟେ । ସଫଳତାପ୍ରାପ୍ତି, ସହବନ୍ଧନ, କ୍ଷମତା ଜନିତ ଆବଶ୍ୟକତା ଆଦି ସାମାଜିକ ଆବଶ୍ୟକତାର ଉଦାହରଣ । ଅଭିପ୍ରେରଣ (motive) ଶବ୍ଦ ଲକ୍ଷ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ବ୍ୟବହାର ଏବଂ ପ୍ରାଣୀର ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନକାରୀ ଅବସ୍ଥା (energizing conditions)କୁ ଦର୍ଶାଇଥାଏ ଯାହା ଆଚରଣକୁ ପ୍ରଣୋଦିତ (drive) କରିଥାଏ । ଏହା ସାଧାରଣତଃ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅବସ୍ଥାକୁ ଦର୍ଶାଇଥାଏ, ଯାହାକି ଉତ୍ଥାନ ବ୍ୟତୀତ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରବଣ କରିଥାଏ କିମ୍ବା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପଥରେ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରିଥାଏ । ଅଭିପ୍ରେରଣା ବ୍ୟକ୍ତିର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ତାର ଲକ୍ଷ୍ୟପଥରେ ଯିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ କରିଥାଏ ।

(ଖ) ଲକ୍ଷ୍ୟ (Goal)

ଲକ୍ଷ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଚିନ୍ତନ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟ ସଂଗଠିତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରେରଣା ଯୋଗାଇଥାଏ । ଯଦି କ୍ଷୁଧା ଏକ ଆବଶ୍ୟକତା, ତେବେ ଭୋଜନ କରିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅଟେ । ଏହିପରି ଲକ୍ଷ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକତା ସହ ଜଡିତ । ପରନ୍ତୁ, କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆଚରଣ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ତଃଲକ୍ଷ୍ୟ (instrinsic Goal) ଦ୍ୱାରା ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ଅର୍ଥ ଆଚରଣ ପାଇଁ ସର୍ବଦା ବର୍ହିଲକ୍ଷ୍ୟ (extrinsic goal) ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ । ଏହା ନିଜେ ନିଜେ ସନ୍ତୋଷଜନକ ଏବଂ ଆନନ୍ଦଦାୟକ ହୋଇପାରେ । କେତେକ ଲୋକ କେବଳ ଗାଇବା, ନାଚିବା ଓ ଖେଳିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଗାଇ, ନାଚି ଏବଂ ଖେଳିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ସେହିପ୍ରକାର କରିବାକୁ ଭଲପାନ୍ତି । ଏହିପରି ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅନ୍ତଃ କିମ୍ବା ବାହ୍ୟ ହୋଇପାରେ ।

(ଗ) ପ୍ରୋତ୍ସାହନ (Incentives)

ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରୁଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟବସ୍ତୁକୁ ବୁଝାଏ । ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଗୁଣ ଏବଂ ପରିମାଣ ଭିତ୍ତିରେ ଭିନ୍ନ ହୋଇପାରେ, ଯାହା ତାକୁ କମ୍ କିମ୍ବା ବେଶୀ ସନ୍ତୋଷଜନକ ତଥା ଆକର୍ଷଣୀୟ କରିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଜଣେ ଅଧିକ ଆକର୍ଷକ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପାଇବା ପାଇଁ ଅଧିକ ଚେଷ୍ଟା କରିପାରେ । ଏହା ଫଳରେ ବହୁସଂଖ୍ୟକ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଲୋକମାନଙ୍କ ଜୀବନରେ ଅନେକ ମହତ୍ତ୍ୱ ରଖିଥାଏ ଏବଂ ସେମାନେ ସେହି ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପାଇବା ପାଇଁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସମ୍ଭାବ୍ୟ ପ୍ରୟାସ କରିଥାନ୍ତି ।

(ଘ) ପ୍ରବୃତ୍ତି (Instinct)

ଅଭିପ୍ରେରଣା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଏକ ପୁରାତନ ପ୍ରତ୍ୟୟ ଅଟେ । ଏହାକୁ ଏକ ସହଜାତ ଜୈବିକ ବଳ (innate biological force) ଭାବରେ ବୁଝାଇ ଦିଆଯାଇଛି, ଯାହାକି ପ୍ରାଣୀ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଦିଗରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପ୍ରବଣତା ଜନ୍ମାଇଥାଏ । ଏକ ସମୟରେ ସମସ୍ତ ଆଚରଣକୁ କିଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରବୃତ୍ତିର ଫଳ ଭାବେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ପୁରାତନ ମନୋବଜ୍ଞାନୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଚିହ୍ନିତ କେତେକ ପ୍ରବୃତ୍ତି ହେଉଛି ଯୁଦ୍ଧ (fight), ବିକର୍ଷଣ (repulsion), ଉତ୍ସୁକତା (curiosity), ଆତ୍ମିକ ଅଧଃପତନ (self-abasement), ଉପାର୍ଜନ (acquisition) ଇତ୍ୟାଦି । ଏହିପରି ଚିନ୍ତା କରାଯାଉଥିଲା ଯେ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ ସୂତ୍ରରେ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଆଚରଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଶିକ୍ଷା ଏବଂ ଅଭିଜ୍ଞତା ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ମାର୍ଜିତ କରିହୁଏ । ଏହି ଶବ୍ଦକୁ ମନୁଷ୍ୟ ଆଚରଣ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଉ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇନାହିଁ । ବେଳେବେଳେ ପଶୁମାନଙ୍କର ଆଚରଣ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ପାଇଁ ଏହି ଶବ୍ଦର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରୟୋଗରେ "ପ୍ରବୃତ୍ତି" ଶବ୍ଦ ପଶୁମାନଙ୍କ ଠାରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ସହଜାତ ଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ (innate response tendencies) ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ପାଇଁ ସଂରକ୍ଷିତ କରି ରଖାଯାଇଛି ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୯.୨

ସଠିକ୍ ବିକଳ୍ପ ଦ୍ୱାରା ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

(କ) ଆବଶ୍ୟକତା .... କିମ୍ବା ....ର ଅବସ୍ଥା ଅଟେ ।

(ଖ) ଲକ୍ଷ୍ୟ .... ଅବସ୍ଥାର .... ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରିଥାଏ ।

(ଗ) ପ୍ରୋତ୍ସାହନଗୁଡିକ .... ଅଟେ, ଯାହାକି ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରିଥାଏ ।

୯.୩ ଆବଶ୍ୟକତାର ପ୍ରକାର ଭେଦ (Types of Needs)

ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ବିଭିନ୍ନ ଶ୍ରେଣୀରେ ଭାଗ କରିବା କଷ୍ଟକର ଅଟେ । କାରଣ କୌଣସି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଥିବା ଆଚରଣ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଆବଶ୍ୟକତାର ପରିଣାମ ହୋଇନଥାଏ । ଏଥିରେ ଅନେକ ଆବଶ୍ୟକତା ଓ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ଯୋଗଦାନ ରହିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମନୁଷ୍ୟ ଆଚରଣର ବିଶ୍ଳେଷଣ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରାପ୍ତ ତଥ୍ୟକୁ ଆଧାର କରି ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମନୁଷ୍ୟର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଦୁଇଟି ବୃହତ୍ ବିଭାଗରେ ଶ୍ରେଣୀକରଣ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଛନ୍ତି । ଯେପରିକି ପୂର୍ବରୁ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି ଏହି ଶ୍ରେଣୀଦ୍ୱୟ ନିମ୍ନ ପ୍ରକାର ଅଟେ ।

(୧) ମୌଳିକ କିମ୍ବା ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଓ (୨) ଗୌଣ କିମ୍ବା ସାମାଜିକ ମନୋଜାତ ଆବଶ୍ୟକତା ।

ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଜାତ ହୋଇଥାଏ । ସେଗୁଡିକ ସହଜାତ ଏବଂ ସେଥିରେ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥିତି ଯେପରିକି କ୍ଷୁଧା, ତୃଷ୍ଣା, ଯୌନ ପ୍ରଣୋଦନା, ତାପମାତ୍ରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ, ନିଦ୍ରା ତଥା ଯନ୍ତ୍ରଣା ଆଦି ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ଏହି ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକର ପୁନରାବୃତ୍ତି ହୋଇଥାଏ, କାରଣ ଏଗୁଡିକ କେବଳ ସ୍ୱଳ୍ପ ସମୟ ପାଇଁ ପରିତୃପ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଗୌଣ କିମ୍ବା ସାମାଜିକ ମନୋଜାତ ଆବଶ୍ୟକତା ମନୁଷ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର । ସେଥିରୁ ଅନେକ ମନୁଷ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କରିଥାଏ, ଯାହାକି ତାକୁ ଏକ ବିଶେଷ ପ୍ରକାର ଆଚରଣ ପ୍ରଦର୍ଶନ ପାଇଁ ପ୍ରଣୋଦିତ କରିଥାଏ । ଯେହେତୁ ଏଗୁଡିକୁ ଶିକ୍ଷା କରାଯାଏ, ସେଗୁଡିକର ଦୃଢତାରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭିନ୍ନତା ଦେଖାଯାଏ । କ୍ଷମତା, ସହବନ୍ଧନ, ସଫଳତା ପ୍ରାପ୍ତି ଏବଂ ଅନୁମୋଦନ ଇତ୍ୟାଦି କେତୋଟି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମାଜିକ ମନୋଜାତ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟନ୍ତି ।

ଏହି ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକର ମୂଲ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବା ପାଇଁ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଅନେକ ମାନକକୃତ (standardized) ପରୀକ୍ଷଣର ବିକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଏଗୁଡିକର ମୂଲ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ଅଣପରୀକ୍ଷଣ ପ୍ରଣାଳୀ ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ କରାଯାଇପାରିବ ।

୯.୪ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଧିକ୍ରମ (Hierarchy of Needs)

ମାନବବାଦୀ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଆବ୍ରାହମ୍ ମାସ୍ଲୋ (Abraham Maslow) ଯୁକ୍ତି କରିଥିଲେ ଯେ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକୁ ଏକ ସୋପାନ କ୍ରମିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ (hierarchy of needs) ସଜ୍ଜିତ କରଯାଇପାରିବ । ସେ ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଠାରୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାତୀତ ଅନୁଭବ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକତାର ଏକ କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେଇଥିଲେ । ଆବଶ୍ୟତାର କ୍ରମ ବଞ୍ଚିବାର ମୂଳ କିମ୍ବା ନିମ୍ନତମ ଆବଶ୍ୟକତା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଉଚ୍ଚତମ ଆବଶ୍ୟକତା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଥାଏ । ଗୋଟିଏ ସ୍ତରର ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ ହେବା ପରେ ତାଠାରୁ ଉଚ୍ଚସ୍ତରର ଅନ୍ୟ ଏକ ଆବଶ୍ୟକତା

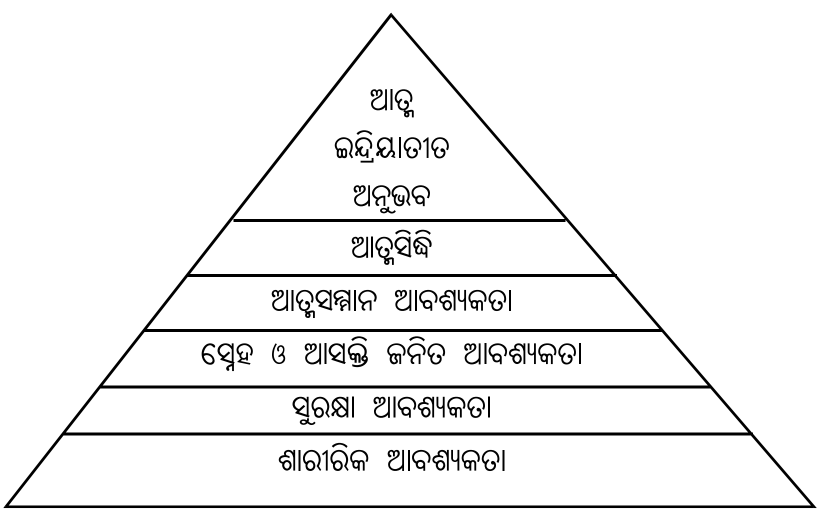
ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଏବଂ ଜୀବନରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିଥାଏ । ଆବଶ୍ୟକତାର ଏହି ଅଧିକ୍ରମ ଚିତ୍ର ୯.୧ରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା (Physiological needs)

ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଆବଶ୍ୟକତା ମଧ୍ୟରେ ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଏବଂ ନିମ୍ନସ୍ତରର ଆବଶ୍ୟକତା ହେଉଛି ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା । ଏହିପରି କ୍ଷୁଧା, ତୃଷ୍ଣା, ଯୌନ ପ୍ରଣୋଦନା, ତାପମାତ୍ରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଇତ୍ୟାଦି ଆବଶ୍ୟକତା ଏହି ସିଡ଼ିର ନିମ୍ନତମ ପାହାଚରେ ରହିଥାଏ । ମାସ୍ଲୋଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଯେତେବେଳେ ଦୀର୍ଘସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ ହୋଇନଥାଏ, ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଆବଶ୍ୟକତା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ଆମେ ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ଭୋଜନ କରିବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଜୀବନକୁ ପରିଚାଳିତ କରୁଥିବା ଜୈବ-ରସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା, ଖାଦ୍ୟରୁ ହିଁ ଶକ୍ତି ଏବଂ ରସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ସଂଗ୍ରହ କରିଥାଏ । ଖାଦ୍ୟରୁ ବଞ୍ଚିତ ରହିଲେ ପାକସ୍ଥଳୀ ସଂକୁଚିତ ହୋଇଥାଏ, ଯାହାକୁ ବ୍ୟକ୍ତି କ୍ଷୁଧା ରୂପରେ ଅନୁଭବ କରେ । ଯେତେବେଳେ ଏହା ଘଟେ, ବ୍ୟକ୍ତି ଖାଦ୍ୟ ପାଇବା ପାଇଁ ଶକ୍ତି ବିନିଯୋଗ କରେ । ଅଭ୍ୟାସ ଏବଂ ସାମାଜିକ ରୀତି ଭଳି ଉତ୍ପାଦକଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଭୋଜନ କରିବା ଆଚରଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାନ୍ତି ।

ଆମେ ଭୋଜନ ନକରି କିଛି ସପ୍ତାହ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିପାରିବା । କିନ୍ତୁ ଜଳବିନା କିଛିଦିନରୁ ଅଧିକ ବଞ୍ଚି ରହିପାରିବା ନାହିଁ । ମସ୍ତିଷ୍କ ପ୍ରାଣୀକୁ ଜଳ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥାଏ । ଯୌନ ପ୍ରଣୋଦନା ଜନିତ ଆବଶ୍ୟକତା କ୍ଷୁଧା ଏବଂ ତୃଷ୍ଣା ଠାରୁ ଅନେକ ଭାବରେ ଭିନ୍ନ । ପ୍ରାଣୀ ବଞ୍ଚି ରହିବା ପାଇଁ ଯୌନକ୍ରିୟା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରଜାତିର ଜୀବନଧାରଣ ପାଇଁ ଏହା ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ଅଟେ ।



ଚିତ୍ର ୯.୧ ମାସ୍ଲୋଙ୍କ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଧିକ୍ରମ

ନିରାପତ୍ତା/ ସୁରକ୍ଷା ଆବଶ୍ୟକତା (Safety needs)

ଯେତେବେଳେ ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ, ସୁରକ୍ଷା ଆବଶ୍ୟକତା ଜୀବନରେ ପ୍ରଭାବୀ ଭୂମିକା ନେଇଥାଏ । ସୁରକ୍ଷା ଆବଶ୍ୟକତା ମୁଖ୍ୟତଃ ନିୟମ ଶୃଙ୍ଖଳା ଏବଂ ସୁରକ୍ଷା ବଜାୟ ରଖିବା ସହ ଜଡିତ, ଯେଉଁଥିପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତି ସୁରକ୍ଷିତ ଭୟମୁକ୍ତ ତଥା ବିପଦମୁକ୍ତ ଅନୁଭବ କରେ ।

ସ୍ନେହ ଏବଂ ଆସକ୍ତି ଜନିତ ଆବଶ୍ୟକତା (Love and Belongingness needs)

ଏହା ସମାଜର ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସମ୍ପର୍କ ଗଢିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟେ । ଲୋକମାନେ ଗୋଟିଏ ସଂଗଠିତ ଗୋଷ୍ଠୀର ସ୍ୱୀକୃତିପ୍ରାପ୍ତ ସଦସ୍ୟ ହେବା ପାଇଁ ଏବଂ ଏକ ପରିଚିତ ପରିବେଶରେ ରହିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି । ଏହି ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକ ଶାରୀରିକ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷା ଆବଶ୍ୟକତାର ପୂର୍ଣ୍ଣତା କିମ୍ବା ସନ୍ତୁଷ୍ଟତା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ ।

ସମ୍ମାନ ଆବଶ୍ୟକତା (Esteem needs)

ସମ୍ମାନ ସମ୍ବନ୍ଧୀ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଦୁଇଟି ଶ୍ରେଣୀରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଛି ।

(କ) ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ମିଳୁଥିବା ସମ୍ମାନ ସମ୍ପର୍କିତ ଆବଶ୍ୟକତା ଯଥା ଖ୍ୟାତି, ମର୍ଯ୍ୟାଦା, ସାମାଜିକ ସଫଳତା ଏବଂ ପ୍ରସିଦ୍ଧି ଏକ ପ୍ରକାର ଆତ୍ମସମ୍ମାନ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟେ । ଆତ୍ମ ମୂଲ୍ୟାୟନ ଆବଶ୍ୟକତା ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ଠାରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁମାନେ ନିମ୍ନସ୍ତରର ଆବଶ୍ୟକତାରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହି ଆରାମରେ ଜୀବନଯାପନ କରୁଥାନ୍ତି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଏପରି ଜଣେ ଦକ୍ଷ ବୃତ୍ତିଧାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି ଯିଏକି ଉଚ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଲାଭ କରିଥାନ୍ତି ଏବଂ ରୋଜଗାର ପାଇଁ ଚିନ୍ତା କରିନଥାନ୍ତି, କେଉଁ ପ୍ରକାର କାର୍ଯ୍ୟ ସେ ଗ୍ରହଣ କରିବେ, ତାହାର ଚୟନ କରିପାରନ୍ତି ।

(ଖ) ଆତ୍ମ ସମ୍ମାନ (self esteem), ଆତ୍ମ ମର୍ଯ୍ୟାଦା (self respect) ଏବଂ ଆତ୍ମ ଶ୍ରଦ୍ଧା (self regard)

ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକ ସଫଳତା ଆବଶ୍ୟକତା, ସାମର୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତିପାଦନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକତା, ସ୍ୱୀକୃତିପ୍ରାପ୍ତି ଏବଂ ପରିଚୟ ଲାଭ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ନିଜକୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ମନେ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ମଧ୍ୟ ଏହି ଶ୍ରେଣୀଭୁକ୍ତ । ଏହା ପୂରଣ କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଉଚ୍ଚମାନର ଏବଂ ମୂଲ୍ୟବାନ ପୋଷାକ କ୍ରୟ କରିପାରେ ।

ଆତ୍ମସିଦ୍ଧି (Self Actualization)

ଆତ୍ମସିଦ୍ଧି ବ୍ୟକ୍ତିର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କ୍ଷମତାର ଉପଯୋଗ କରିବାକୁ ବୁଝାଏ । ନିଜ ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେ ବିକାଶ କରିବା ଏବଂ ନିଜକୁ ସୁହାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରେ ସାମିଲ କରିବାର ଇଚ୍ଛାକୁ

ଦର୍ଶାଇଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଅନୁରୂପ କୃତିତ୍ୱ ଲାଭର ଉପଲବ୍ଧି କରିବା ସହ ସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଆତ୍ମସିଦ୍ଧି କେବଳ ସେତେବେଳେ ସମ୍ଭବ ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତା ଏପରି ଏକ ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚେ ଯେଉଁଠି ତାହା ଉପଲବ୍ଧ ସମସ୍ତ ଶକ୍ତିକୁ ବିଭ୍ରାନ୍ତ କରିପାରେ ନାହିଁ, କିମ୍ବା ବିନିଯୋଗ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ନିମ୍ନକ୍ରମର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ କରିବାରେ ସଫଳ ହୁଏ, କେବଳ ସେତେବେଳେ ହିଁ ସେ ନିଜର ଉଚ୍ଚକ୍ରମ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରିବାକୁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରେ ।

ଆତ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାତୀତ ଅନୁଭବ (self transcedence)

ଏହା ଆବଶ୍ୟକତାର ସର୍ବୋଚ୍ଚସ୍ତର, ଯେଉଁଠାରେ ବ୍ୟକ୍ତି ପୂର୍ଣ୍ଣ ବାସ୍ତବତା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହୋଇଥାଏ । ସେ ଆତ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାତିତ ଅନୁଭବର ସୀମାରେଖା ଅତିକ୍ରମ କରିଥାଏ ଏବଂ ସମଷ୍ଟିଗତ ଓ ସମାଜର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ମନଯୋଗ ଦେଇଥାଏ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଚିନ୍ତାଧାରା ଏହି ସ୍ତରରେ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ । ଏହି ଅଧିକ୍ରମରେ ମନେ କରାଯାଏ ଯେ ଯେଉଁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିମ୍ନକ୍ରମର ଆବଶ୍ୟକତା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ପୂରଣ ହୋଇନଥାଏ, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକ ଜୀବନ ଉପରେ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ହୋଇଥାନ୍ତି, ତା'ପରେ ପରବର୍ତ୍ତୀଟି ଆସିଥାଏ ଏବଂ ଏହିପରି କ୍ରମଟି ଚାଲୁ ରୁହେ । ତେବେ ମାସ୍‌ଲୋ କହିଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ଆବଶ୍ୟକତାର ଅଧିକ୍ରମକୁ କ୍ରମାନୁସାରେ ଅନୁଗମନ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏଥିରେ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଘଟିଥାଏ । ବେଳେବେଳେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ନିଜକୁ ବିପଦରେ ପକାଇଥାନ୍ତି କିମ୍ବା ମୂଲ୍ୟବାନ ବସ୍ତୁକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ନିଜର ସୁରକ୍ଷା ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଅବହେଳା କରିଥାନ୍ତି । ଭାରତ ଇତିହାସରେ ଅନେକ ଉଦାହରଣ ଅଛି, ଯେଉଁଥିରେ ମହିଳାମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଆତ୍ମସମ୍ମାନ ରକ୍ଷା ପାଇଁ ନିଜ ଜୀବନକୁ ବଳିଦାନ କରିଛନ୍ତି । ଦେଶର ସ୍ୱାଧୀନତା ରକ୍ଷା ପାଇଁ କେତେକ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ମରଣାନ୍ତକ ସଂଘର୍ଷ ପାଇଁ ପ୍ରବଳ ଆକାଙ୍କ୍ଷା ରଖିଥିଲେ । ଏଠାରେ ଉଚ୍ଚକ୍ରମର ଆବଶ୍ୟକତା କ୍ଷୁଧା ଏବଂ ତୃଷ୍ଣା ଆବଶ୍ୟକତାର ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥାଏ । ବେଳେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତି ଭଲ ପାଇବା, ପରିବାର, ବନ୍ଧୁ ଇତ୍ୟାଦିଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରି ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥାଏ । ଏହିପରି ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ନେହ ଏବଂ ଆନୁଗତ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଅଗ୍ରାହ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଅଧିକ୍ରମ ଏ କଥା ବୁଝାଏ ନାହିଁ ଯେ ନିମ୍ନକ୍ରମର ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକ ଥରେ ପୂରଣ ହେଲେ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ହୋଇଯିବେ ଏବଂ ଉଚ୍ଚକ୍ରମର ଆବଶ୍ୟକତା ସକ୍ରିୟ ହେବେ ।

୯.୫ କୃତି /ସଫଳତା ଅଭିପ୍ରେରଣ (Achievement Motivation)

ସଫଳତା ଆବଶ୍ୟକତା କିମ୍ବା ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ହେବା ଏବଂ ଉଚ୍ଚସ୍ତରର କୃତି ହେଉଛି ଗୋଟିଏ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ

ଆବଶ୍ୟକତା ଯାହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟ ନିକଟରେ କିଛିମାତ୍ରାରେ ଦେଖାଯାଏ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଠାରେ ସଫଳତା ପାଇବାର ଦୃଢ ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଏ, ସେମାନେ କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖନ୍ତି, ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ ପାଇଁ ଆଶା ପୋଷଣ କରନ୍ତି ଓ ଚୟନ କରିଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିବାରେ ଲାଗିପଡନ୍ତି । ସେମାନେ କାର୍ଯ୍ୟାଭିମୁଖୀ ଏବଂ ଆହ୍ୱାନମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟ (ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟରେ କୌଣସି ପ୍ରକାରରେ କୃତିର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରାଯାଏ) ତାହା କରିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । କିଛି ମାନଦଣ୍ଡକୁ ଭିତ୍ତିକରି ଏହାକୁ ଅନ୍ୟବ୍ୟକ୍ତିର କୃତି ସହ ତୁଳନା କରାଯାଇପାରେ । ମନୁଷ୍ୟ ଉଦ୍ୟମ କରୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯଥା ବୃତ୍ତି, ବିଦ୍ୟାଳୟ ଏବଂ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ସଫଳତା ଅଭିପ୍ରେରଣ ଦେଖାଦେଇଥାଏ ।

ଜୀବନର ପ୍ରଥମଭାଗର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅଭିଜ୍ଞତା ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବନର ସଫଳତା ଅଭିପ୍ରେରଣକୁ ଦୃଢ କରିବାରେ ସମ୍ପୃକ୍ତଥାଏ । ପିତାମାତାମାନେ ପିଲାମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଯେଉଁ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖିଥାନ୍ତି ତାହା ସେମାନଙ୍କର ଅଭିପ୍ରେରଣର ବିକାଶରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଯେଉଁ ପିତାମାତା ସେମାନଙ୍କର ସନ୍ତାନମାନଙ୍କ ଠାରୁ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ ଆଶା କରିଥାନ୍ତି, ସେମାନେ ତାଙ୍କର ପିଲାମାନଙ୍କର କୃତି ପାଇଁ ଉତ୍ସାହିତ ଏବଂ ପ୍ରଶଂସା କରନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କ ପିଲାମାନଙ୍କର ସଫଳତା ମୁଖୀ ଆଚରଣରେ ଉନ୍ନତି ଆସିଥାଏ । ସଫଳତାମୁଖୀ ଆଚରଣର ମାତ୍ରା ଅନେକ ଉପାଦକ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଏଗୁଡିକ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ହେଉଛି "ବିଫଳତା ଭୟ" । ଏହା ସଫଳତା ଆଚରଣର ପରିପ୍ରକାଶକୁ ବାଧାଦିଏ । ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ, କ୍ରୀଡାରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳ ହୁଏ, ତାଙ୍କ ଠାରେ ସଫଳତା ଅଭିପ୍ରେରଣ ଖୁବ୍ ଦୃଢ ବୋଲି ଆମେ କହିଥାଉ ।

୯.୬ ଅନ୍ତଃ-ଅଭିପ୍ରେରଣା ଏବଂ ବାହ୍ୟ ଅଭିପ୍ରେରଣା (Intrisic Motivation and Extrinsic Motivation)

ଅଭିପ୍ରେରଣା ବିଷୟରେ ଚିନ୍ତା କରିବା ସମୟରେ ଆମେ ପ୍ରାୟତଃ ଏହାର ଉତ୍ସର ସ୍ଥିତି ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବାକୁ ଚାହୁଁ । ଏହାର ଉତ୍ସ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅନ୍ତର୍ନିହିତ କିମ୍ବା ବାହ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ପୁରସ୍କାର କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କିଛି ଲାଭପାଇବା ଆଶାରେ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟ ହାତକୁ ନିଆଯାଇପାରେ, ଯାହା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ବାହ୍ୟ ପ୍ରେରଣା ଅଟେ । ଏହିପରି କାର୍ଯ୍ୟଟି ବାହ୍ୟ ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରିବାରେ କିମ୍ବା ଲାଭ କରିବାରେ ଏକ ଯନ୍ତ୍ର ଅଟେ । ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିବାକୁ କୁହାଯାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କାରକ (locus of control) ବାହ୍ୟ ଅଟେ । ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଅଭିପ୍ରେରଣର ପ୍ରକୃତି ବାହ୍ୟ ଅଟେ । ଅପରପକ୍ଷରେ କେତେକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଅଭିପ୍ରେରଣର ଉତ୍ପତ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ନିହିତ ଥାଏ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁ, କାରଣ କାର୍ଯ୍ୟଟି ଭାବୋଦ୍ଦୀପକ ଏବଂ ଏହା ଅଭିପ୍ରେରଣାର କୌଣସି ବାହ୍ୟ ଉତ୍ସ ଆବଶ୍ୟକ କରେ ନାହିଁ ।

ଏଠାରେ ବାହ୍ୟ ପୁନର୍ବଳନ ପାଇବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟଟି ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇନଥାଏ । ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କାରକ (locus of control) ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱତଃ ପ୍ରବୃତ୍ତ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ରୁହେ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟଟି ନିଜେ ଏକ ପୁରସ୍କାର ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପରିସ୍ଥିତି ଅନ୍ତଃ ଅଭିପ୍ରେରଣାକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରୁଛି, ଯଥା : ଗୋଟିଏ ଶିଶୁର ଆମୋଦ ପ୍ରମୋଦ, ଏକ ଭାବୋଦ୍ଦୀପକ ଉପନ୍ୟାସ, କବିତା କିମ୍ବା ଗଳ୍ପଟିଏ ରଚନା କରିବା । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଅନ୍ତଃ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଉଚ୍ଚମାନର କାର୍ଯ୍ୟରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ଆହ୍ୱାନକୁ ସମ୍ମୁଖୀନ ଏବଂ ଉତ୍କୃଷ୍ଟତାକୁ ଅନ୍ୱେଷଣ କରେ । ବାସ୍ତବରେ ଫଳପ୍ରାପ୍ତି ଆସକ୍ତି ଅନେକ ସମୟରେ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରକ୍ରିୟା କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତାକୁ ବିଭ୍ରାନ୍ତ କରେ । ଏଥିପାଇଁ ଭାରତୀୟ ଦାର୍ଶନିକମାନେ ଅନାସକ୍ତିର ଗୁରୁତ୍ୱ ବୁଝୁଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟଟି ହେଉଛି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ଏହା ଉପରେ ଆମେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରଖିଥାଉ । ସେଥିପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟର ଫଳାଫଳ ବିଷୟରେ ବିବ୍ରତ ନହୋଇ ଆମକୁ କାର୍ଯ୍ୟ ଉପରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଦୃଷ୍ଟି ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ । ଆଧୁନିକ ଜୀବନରେ ବାହ୍ୟ ପୁରସ୍କାରଗୁଡ଼ିକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଉଛି ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟ ଚୁକ୍ତିମୂଳକ ହୋଇଯାଉଛି । ବିନିମୟ ଭାବ ସମ୍ପର୍କର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ ହେଉଛି । ଏହି ପରିସ୍ଥିତି ଲୋକମାନଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଏବଂ ସାମାଜିକ ଜୀବନରେ ଅନେକ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରୁଛି । ତେଣୁ ଏହା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯେ ଆମେ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ଏପରି ଯୋଜନାବଦ୍ଧ କରିବା ଏବଂ ସମ୍ପର୍କକୁ ଏପରି ସଂଗଠିତ କରିବା, ଯାହା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଆକର୍ଷଣର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ କରିବ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୯.୩

୧. ଆବଶ୍ୟକତା ଅଧିକ୍ରମର ତତ୍ତ୍ୱ କିଏ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି ? ଅଧିକ୍ରମରେ ଥିବା ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକର ତାଲିକା କର ।

....

....

....

୨. ଅନ୍ତଃ ଅଭିପ୍ରେରଣା କ'ଣ ? ଏକ ଉଦାହରଣ ଦିଅ ।

....

....

....

୩. ବାହ୍ୟ ଅଭିପ୍ରେରଣା କ'ଣ ? ଏକ ଉଦାହରଣ ଦିଅ ।

....

....

....

୯.୭ ଆତ୍ମ ସାମର୍ଥ୍ୟ (Self Efficacy)

ଲୋକମାନେ କୌଣସି ଏକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ଦକ୍ଷତା ବିଷୟରେ ବିଶ୍ୱାସ ରଖିଥାନ୍ତି ଏବଂ ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ସେମାନଙ୍କର କୃତିର ସ୍ତରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ଲୋକମାନେ ଧାରଣ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିନିଷ୍ଠ ମାନଦଣ୍ଡ, ଯାହା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଚୟନ ବିଷୟରେ ବିଚାରଧାରାର ସୂଚନା ଦିଏ । ବାନ୍ଦୁରାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉପସ୍ଥାପନା କରାଯାଇଥିବା ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟର ଧାରଣା ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥିତିରେ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରିବାକୁ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଛି । ସଠିକ୍ କିମ୍ବା ବାସ୍ତବ ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସ ଶିକ୍ଷଣ କରି ଜଣେ ନିଜ ଆଚରଣ ପ୍ରଦର୍ଶନ ପାଇଁ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରେ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟଟିକୁ ଉଚ୍ଚମାନରେ ସମ୍ପାଦିତ କରିପାରେ । ଆତ୍ମ ସାମର୍ଥ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସ ଉପଯୋଜନ ଏବଂ ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଲୋକମାନେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ ସେମାନେ କେତେକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ପ୍ରୟୋଗ କରି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସମ୍ପାଦନ କରିପାରିବେ । ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସ ସମୟକ୍ରମେ ବିକଶିତ ହୁଏ । ସେମାନେ ବୋଧଶକ୍ତିର ଏହି ବିକାଶକୁ ପ୍ରତିଫଳନ କରିଛନ୍ତି ଯେ କାର୍ଯ୍ୟରୁ ଫଳ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ଏବଂ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଫଳାଫଳ ଉତ୍ପନ୍ନ କରୁଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସମ୍ପାଦନ କରେ । ଦେଖାଯାଏ ଯେ ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସ ସାମୂହିକ ସ୍ତରରେ ପରିଚାଳିତ ହୁଏ । ଏହିପରି ସାମୁହିକ ସ୍ତର ଗୋଟିଏ ଗୋଷ୍ଠୀର ବିଶ୍ୱାସ ସହ ଜଡିତ ହୋଇ ଏହାର ମିଳିତ କ୍ଷମତାର ଏକ ଅଂଶ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ତର ପ୍ରାପ୍ତି କରିବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ସଂଗଠିତ ଏବଂ ସମ୍ପାଦିତ କରିଥାଏ ।

୯.୮ ମୂଲ୍ୟବୋଧ (Values)

ମୂଲ୍ୟବୋଧଗୁଡ଼ିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ସେଗୁଡ଼ିକୁ ସୁଖକର ଏବଂ ବାଞ୍ଛିତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଭାବେ ବିଚାର କରାଯାଏ, ଯାହାକି ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନରେ ମୌଳିକ ପଥ ପ୍ରଦର୍ଶକ (guiding principle) ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟକରେ । ମୂଲ୍ୟବୋଧ ମନୋନୟନ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ମୂଲ୍ୟବୋଧ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଏ । କେବଳ ମୂଲ୍ୟବୋଧ ପାଇଁ ଲୋକମାନେ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପ୍ରଣୋଦିତ ଦୀର୍ଘମିଆଦୀ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଅଭିପ୍ରେରିତ ହୁଅନ୍ତି । ବିଶିଷ୍ଟ ପ୍ରକାର ଆଚରଣ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଆନନ୍ଦ କିମ୍ବା ଯନ୍ତ୍ରଣାର ପ୍ରଭାବ ଅସ୍ଥାୟୀ କିମ୍ବା କ୍ଷଣିକ ଅଟେ ।

ମୂଲ୍ୟବୋଧ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିବାରେ ନୈତିକ ମୂଲ୍ୟବୋଧଗୁଡ଼ିକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଏହି

ମୂଲ୍ୟବୋଧଗୁଡ଼ିକ ଅଭିରୁଚି ଏବଂ ଆଚରଣଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ନୈତିକ ମୂଲ୍ୟବୋଧ ଭଲ ଓ ମନ୍ଦ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦର୍ଶାଏ । ଅନେକ ଦେଶର ପ୍ରାପ୍ତ ତଥ୍ୟକୁ ଭିତ୍ତିକରି ଏକ ସାମ୍ପ୍ରତିକ ଅଧ୍ୟୟନରେ କେତେକ ମୂଲ୍ୟବୋଧ ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ହୋଇଛି, ଯେଉଁଗୁଡ଼ିକ ନିମ୍ନରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

କ୍ଷମତା (Power) : ଏହା ସାମାଜିକ ମାନଦଣ୍ଡ, ପ୍ରତିଷ୍ଠା, ସମ୍ପତ୍ତି ଏବଂ ଲୋକମାନଙ୍କ ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ତଥା ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ବିସ୍ତାରକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରେ ।

ସଫଳତା (Achievement) : ସାମାଜିକ ମାନଦଣ୍ଡ ଅନୁଯାୟୀ ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସଫଳତା ପାଇବାକୁ ଏହା ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ ।

ଆତ୍ମ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନା (Self direction) : ଏହା ସ୍ୱାଧୀନ ଚିନ୍ତାଧାରା ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟ, ଅଭିରୁଚି/ମନୋନୟନ କରିବା, ସୃଜନଶୀଳତା ଏବଂ ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବା ଆଦିକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ ।

ସାର୍ବଭୌମବାଦ/ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପକତା (Universalism) : ଏହା ବୋଧଶକ୍ତି, ପ୍ରଶଂସା କରିବା, ସହନଶକ୍ତି ଏବଂ ସମସ୍ତ ଲୋକ/ସମାଜର ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷା ଦେବା ଆଦିକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରେ ।

ବଦାନ୍ୟତା (Benovolence) : ଏହା ବ୍ୟକ୍ତିର ବାରମ୍ବାର ସମ୍ପର୍କରେ ଆସୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ହିତର ସଂରକ୍ଷଣ ଓ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରେ ।

ପ୍ରଥା (Tradition) : ପାରମ୍ପରିକ ସଂସ୍କୃତି ଏବଂ ଧର୍ମକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଉଥିବା ରୀତି/ଅଭ୍ୟାସ ଏବଂ ବିଚାର ସବୁକୁ ସମ୍ମାନ ଦେବା, ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିବଦ୍ଧ ହେବା ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଏଥିରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ।

ସଂଗତି (Conformity) : ଏହା କାର୍ଯ୍ୟର ସଂଯମତା, ଅନୁରାଗ ଏବଂ ଯେଉଁ ପ୍ରବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ବିଚଳିତ କିମ୍ବା କ୍ଷତିକାରକ ତଥା ସାମାଜିକ ପ୍ରତ୍ୟାଶା କିମ୍ବା ଆଦର୍ଶକୁ ଅମାନ୍ୟ କରିବ ତାହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ଇତ୍ୟାଦିକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ ।

ସୁରକ୍ଷା (Security) : ଏହା ସୁରକ୍ଷା, ଏକତା, ସାମାଜିକ ସ୍ଥିରତା ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିର ସମ୍ପର୍କ ଜନିତ ସ୍ଥିରତା ଭାବକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରେ ।

ଭାରତୀୟ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରେ ଧର୍ମର ଆଧାର ଏକ ମୂଲ୍ୟବୋଧର ସମ୍ମିଳନକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାଏ, ଯାହାକି ଜୀବନର ପୋଷଣ ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ଭାବେ ବିଚାର କରାଯାଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ସତ୍ୟ, ଅଚୌର୍ଯ୍ୟ (ଅସ୍ତେୟ), ସହନଶକ୍ତି ଧାରଣ (ଦ୍ରିତି), ବୁଦ୍ଧି (ଧି), ଜ୍ଞାନ (ବିଦ୍ୟା), ଅକ୍ରୋଧ, କ୍ଷମା, ପବିତ୍ରତା (ସୌଚ), ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ (ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ନିଗ୍ରହ) ଏବଂ ଆତ୍ମ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ (ଦମ) ଅଟନ୍ତି । ଏହି ମୂଲ୍ୟବୋଧଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଏବଂ ସାମାଜିକ ସ୍ତରରେ ଜୀବନକୁ ପରିଚାଳନା କରେ ଏବଂ ଉନ୍ନତ

କରିବା ପାଇଁ ମୂଳଭିତ୍ତି ଯୋଗାଇଥାଏ ।

୯.୯ ହତାଶା ଏବଂ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ (Frustration and Conflict)

ଆପଣ ନିଶ୍ଚୟ ଜାଣିଥିବେ ଯେ ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡ଼ିକୁ ସବୁବେଳେ ପୂରଣ କରିବା ସହଜ ନୁହେଁ । ଏକା ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଇପାରେ । ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରିବା ପାଇଁ କରୁଥିବା ଉଦ୍ୟମରେ କେତେକ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉ । ବେଳେବେଳେ ଆମେ ବିଫଳ ହୋଇଥାଉ । ଅନେକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ବାଧା ଦିଏ । ଯେତେବେଳେ ଆମର ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ ହୁଏ ନାହିଁ, ଆମେ ହତାଶ ହୋଇଯାଉ ।

ବ୍ୟକ୍ତି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବିବେଚନା କରୁଥିବା ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରିବା ପାଇଁ କରୁଥିବା ଚେଷ୍ଟା/ଉଦ୍ୟମରେ ବାଧା ପାଉଥିବାର ଅନୁଭୂତି ହିଁ ହତାଶା । ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ଆଚରଣ ଅବରୁଦ୍ଧ ହେବାକୁ ହତାଶା କୁହାଯାଏ । ଯେତେବେଳେ ବ୍ୟକ୍ତି ବାଞ୍ଛିତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ କରିବାରେ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ପାଏ, ସେ କେତେକ ବିରକ୍ତି ଭାବର (disturbed) ଆଚରଣ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରେ । ଯଦି ଅଭିପ୍ରେରଣା ହତାଶା ହୋଇଯାଏ କିମ୍ୱା ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ, ବ୍ୟକ୍ତି ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା, ବିଷାଦ କିମ୍ୱା କ୍ରୋଧ ଅନୁଭବ କରିପାରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯଦି ଆପଣ ଗୋଟିଏ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଦେଖିବାକୁ ଯିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି, କିମ୍ୱା ଖେଳିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି ଏବଂ ଆପଣଙ୍କର ପିତାମାତା ଏଥିପାଇଁ ଅନୁମତି ଦେବାକୁ ଅସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି, ଆପଣ କିଛି ନା କିଛି ବିରକ୍ତି ଭାବର ଆଚରଣ, ଯଥା : କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ କରିବା କିମ୍ୱା ଚିତ୍କାର କରିବା ଆଦି ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବେ। ଅନେକ ସମୟରେ ହତାଶା ଅଗ୍ରଧର୍ଷୀ ଆଚରଣରେ ପରିଣତ ହୁଏ, ଯାହାକି ହତାଶାର ମୂଳ ଉତ୍ସ ହୋଇଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ହତାଶାର ମୁଖ୍ୟ ତିନୋଟି ଉତ୍ସ ରହିଛି । ସେଗୁଡ଼ିକ ନିମ୍ନରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

(୧) ପରିବେଶୀୟ ବଳ (Environmental Forces) : ପରିବେଶୀୟ ଉପ୍ାଦକଗୁଡ଼ିକ ଅଭିପ୍ରେରଣର ପରିତୃପ୍ତିରେ ହତାଶା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ପ୍ରାକୃତିକ ହୋଇପାରେ, ଯେପରିକି ଅର୍ଥାଭାବ କିମ୍ୱା ରାସ୍ତା ଅବରୋଧ ହେବା । ସେଗୁଡ଼ିକ ସାମାଜିକ ହୋଇପାରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆପଣଙ୍କର ପିତାମାତା ଶିକ୍ଷକ କିମ୍ୱା ସହପାଠୀ ଆପଣ ଯାହା କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁଛନ୍ତି, ତାହା କରିବାରୁ ଆପଣଙ୍କୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରନ୍ତି ।

(୨) ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଉପ୍ାଦକ କିମ୍ୱା ଅକ୍ଷମତା (Personal factors or Limitations): ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଉପ୍ାଦକଗୁଡ଼ିକ ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଅପ୍ରାପ୍ୟ କରାନ୍ତି ଏବଂ ସେଥିରୁ ହତାଶା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ। ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କ୍ଷମତା, ଶାରୀରିକ କିମ୍ୱା ମାନସିକ ହୋଇପାରେ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଗୁଣାବଳୀ ଯଥା : ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ କିମ୍ୱା ବୁଦ୍ଧି କୃତିକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ସାମର୍ଥ୍ୟର ସୀମାବଦ୍ଧତା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ହତାଶ କରିଥାଏ,

କାରଣ ସେମାନେ ତାକୁ ଉଚ୍ଚଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରିବାକୁ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ବେଳେବେଳେ ଆମର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱମୂଳକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହତାଶା ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

(୩) ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ (Conflict) : ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଏକ ଅବସ୍ଥା ଯେଉଁଥିରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଦୁଇଟି କିମ୍ୱା ତତୋଧିକ ପରସ୍ପର ବିରୋଧୀ ଦିଗରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ଦୁଇ କିମ୍ୱା ଅଧିକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରିବାକୁ ଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଦୁଇ କିମ୍ୱା ତତୋଧିକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ବାଛିବାକୁ ଅସମର୍ଥ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ।

ଜୀବନର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ତରରେ ଆମେ ସମସ୍ତେ କିଛି ପରିମାଣର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱକୁ ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାଉ । ବେଳେବେଳେ ଆମେ ଏପରି ଏକ ପରିସ୍ଥିତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉ ଯେଉଁଠି ଆମକୁ ଦୁଇ କିମ୍ୱା ଅଧିକ ବିକଳ୍ପ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଗୋଟିକୁ ବାଛିବାକୁ ପଡିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆମକୁ ଗୋଟିଏ ବହି କିଣିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାକୁ ହେବ କିମ୍ୱା ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଦେଖିବା ପାଇଁ ଯିବାକୁ ହେବ । ଏକ ପକ୍ଷରେ ଆପଣ ଖେଳିବା ପାଇଁ ଏବଂ ଏହା ମାଧ୍ୟମରେ ବନ୍ଧୁଙ୍କର ସାନ୍ନିଧ ପାଇବାକୁ ଭଲ ପାଇପାରନ୍ତି ଏବଂ ଅପରପକ୍ଷରେ ଆପଣ ଯଦି ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ପଢିବେ, ଆପଣ ପରୀକ୍ଷାରେ ସଫଳ ହୋଇପାରନ୍ତି । ଖେଳିବାକୁ ଏବଂ ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କର ସାନ୍ନିଧ ପାଇବାକୁ ଥିବା ଅଭିପ୍ରେରଣା ଏହିପରି ପରୀକ୍ଷାରେ ସଫଳ ହେବାକୁ ଥିବା ଅଭିପ୍ରେରଣା ସହ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ।

ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ପ୍ରକାର (Types of Conflict)

ତିନିପ୍ରକାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଅଛି । ସେଗୁଡିକୁ "ଉପାଗମ ଉପାଗମ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ (approach- approach conflict), ପରିହାର-ପରିହାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ (avoidance-avoidance conflict) ଏବଂ ଉପାଗମ- ପରିହାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ (approach avoidance conflict) କୁହାଯାଏ । ଉପାଗମ-ଉପାଗମ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଗୋଟିଏ ପରିସ୍ଥିତି, ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଦୁଇଟି ସକରାତ୍ମକ ଏବଂ ସମାନ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ବାଛିବାକୁ ପଡିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଦୁଇଟି ଆନନ୍ଦ ଦାୟକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଆମର ପହୁଞ୍ଚ ମଧ୍ୟରେ ଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଏପରି ଘଟେ । ଆମକୁ ଏହି ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରୁ ଯେକୌଣସି ଗୋଟିକୁ ବାଛିବାକୁ ପଡିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ଉଦାହରଣ ଏକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଦର୍ଶାଯାଇପାରେ । ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କୁ ଉଚ୍ଚଶିକ୍ଷା ପାଇଁ ଦୁଇଟି ସମାନ ଆକର୍ଷଣୀୟ ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ନାମ ଲେଖାଇବାକୁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦିଆଯାଏ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କୁ ସେହି ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ବାଛିବାକୁ ପଡିଥାଏ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରକାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ହେଉଛି ପରିହାର-ପରିହାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ । ଯେତେବେଳେ ଆମକୁ ଦୁଇଟି ସମାନ ଅପସନ୍ଦ ଏବଂ ନକରାତ୍ମକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ ବାଛିବାକୁ ପଡିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କୁ ସମାନ ଭାବରେ ଅପସନ୍ଦ କରୁଥିବା ଦୁଇଟି ଲକ୍ଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିକୁ

ବାଛିବାକୁ ପଡିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଏପରି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଘଟିଥାଏ ।

ଉପାଗମ-ପରିହାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ସମାନ ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଆମେ ଉଭୟ ଆକର୍ଷିତ ହେଉ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟାହାର କରୁ । ଯେତେବେଳେ ଉଭୟ ବାଞ୍ଛିତ ଏବଂ ଅବାଞ୍ଛିତ ଅନୁଭବ ଗୋଟିଏ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସହ ସଂଯୁକ୍ତ ଥାଏ, ଏହା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆପଣ ଯେଉଁ ଝିଅଟିକୁ ଭଲ ପାଉଛନ୍ତି, ତାଙ୍କୁ ବିବାହ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କର ପିତାମାତା ଏଥିରେ ଏକମତ ନାହାନ୍ତି । ଆପଣ ତାଙ୍କୁ ବିବାହ କରିପାରିବେ ନାହିଁ, ଯେହେତୁ ଆପଣ ପିତାମାତାଙ୍କୁ ଆଘାତ ଦେବେ ନାହିଁ । ଏହି ପ୍ରକାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱକୁ ସମାଧାନ କରିବା ସବୁଠାରୁ କଠିନ ଏବଂ ଏହା ଆବେଗିକ କ୍ଳେଶ ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

ଆପଣ କ'ଣ ଶିଖିଲେ

- ଅଭିପ୍ରେରଣା ଏକ ପ୍ରଣୋଦନା ଏବଂ ଏକ ଆକର୍ଷଣ ବଳ। ଏହା ଫଳରେ ଆଚରଣ ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ଭାବରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ହୋଇଥାଏ । ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଯଥା : କ୍ଷୁଧା, ତୃଷ୍ଣା ଏବଂ ଯୌନ ପ୍ରଣୋଦନାର ଉତ୍ପତ୍ତି ଶରୀରରେ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ରକ୍ତ ଶର୍କରାର ସ୍ତର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବିନ୍ଦୁରୁ ତଳକୁ ଖସିଯାଏ, କ୍ଷୁଧା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ। ଶରୀରରୁ ଜଳକ୍ଷୟ ଯୋଗୁଁ ରକ୍ତର ପରିମାଣ କମ୍ ହୋଇ ତୃଷ୍ଣା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଯୌନ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଯୌନ ହରମୋନ୍ସ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ।

- ସାମାଜିକ-ମନୋଜାତ ଅଭିପ୍ରେରଣା, ଯଥା : କ୍ଷମତା ଆବଶ୍ୟକତା, ସହବନ୍ଧନ, ସଫଳତା ଏବଂ ଅନୁମୋଦନ ହେଉଛି ଶିକ୍ଷଣ କରାଯାଉଥିବା ଅଭିପ୍ରେରଣା ଏବଂ ଏଗୁଡିକ ଜନସମ୍ପର୍କ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ସଫଳତା ଆବଶ୍ୟକତା ଏକ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଯାହା କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିଥାଏ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସଫଳତା ହାସଲ କରାଇଥାଏ । କ୍ଷମତା ଅଭିପ୍ରେରଣ, ଏକ ସାମାଜିକ ଅଭିପ୍ରେରଣା, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ, ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଏବଂ ପ୍ରରୋଚିତ କରିବା, ଆଗେଇନେବା, ଆନନ୍ଦ ଦେବା, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିରେ ନିଜର ଖ୍ୟାତି ବଢାଇବା ଏହାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅଟେ।

- ଅନ୍ତଃ ଅଭିପ୍ରେରଣା ହେଉଛି ସେହି କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଯେଉଁଥିପାଇଁ କୌଣସି ପ୍ରକାଶ୍ୟ ପୁରସ୍କାର ନଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡିକ କଲେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏଥିରୁ ଆନନ୍ଦ ଏବଂ ସନ୍ତୋଷ ପାଏ । ସାମର୍ଥ୍ୟ ଏକ ଅନ୍ତଃପ୍ରେରଣା । ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଆତ୍ମ ସାମର୍ଥ୍ୟ, ଜୀବନର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏବଂ ମୂଲ୍ୟବୋଧ ମଧ୍ୟ ଅଭିପ୍ରେରଣାର ମୌଳିକ ଉତ୍ସ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ଅନେକ ସମୟରେ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଅବରୁଦ୍ଧ କିମ୍ବା ବିଫଳ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ବିଫଳତାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣଗୁଡିକ ହେଉଛି ପରିବେଶୀୟ ଉତ୍ପାଦକ, ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଉତ୍ପାଦକ ଏବଂ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ । ତିନି ପ୍ରକାରର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ହେଉଛି (କ) ଉପାଗମ-ଉପାଗମ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ (ଖ) ପରିହାର-ପରିହାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ (ଗ) ଉପାଗମ-ପରିହାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ଅଭିପ୍ରେରଣାର ପ୍ରକୃତି ସଂକ୍ଷିପ୍ତରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ।

୨. ଅଭିପ୍ରେରଣାର ମୌଳିକ ପ୍ରତ୍ୟୟ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ।

୩. ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା କହିଲେ କ'ଣ ବୁଝ ? ଏଗୁଡିକ ସାମାଜିକ-ମନୋଜାତ ଆବଶ୍ୟକତା ଠାରୁ କିପରି ଭିନ୍ନ ?

୪. ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟ କ'ଣ ? ଆଚରଣ ସହ ଏହାର ସମ୍ପର୍କ ଦର୍ଶାଅ ।

୫. ମୂଲ୍ୟବୋଧର ସଂଜ୍ଞା ନିରୂପଣ କର ଏବଂ କେତେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ମୂଲ୍ୟବୋଧ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ।

୬. ହତାଶାର ଉତ୍ସଗୁଡିକ କ'ଣ ? ତିନି ପ୍ରକାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ନାମ ଲେଖ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର ଉତ୍ତର

୯.୧

୧. (କ) କାର୍ଯ୍ୟ

(ଖ) ଅଭିପ୍ରେରଣା

(ଗ) ନୁହେଁ

(ଘ) ଆଚରଣ

୨. ଅଭିପ୍ରେରଣା ହେଉଛି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ଆଚରଣକୁ ପରିଚାଳନା କରିବା ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ।

୯.୨ (କ) ନିଅଣ୍ଟ, ଅଭାବ (ଖ) ଆବଶ୍ୟକତା, ବୌଦ୍ଧିକ (ଗ) ବସ୍ତୁ

୯.୩ (୧) ମାସ୍‌ଲୋ (maslow) ଅଧିକ୍ରମର ଆବଶ୍ୟକତାଗୁଡିକ ହେଉଛି :

(କ) ଶାରୀରିକ ଆବଶ୍ୟକତା

(ଖ) ସୁରକ୍ଷା ଆବଶ୍ୟକତା

(ଗ) ସ୍ନେହ ଓ ଆସକ୍ତି ଜନିତ ଆବଶ୍ୟକତା

(ଘ) ଆତ୍ମ ସମ୍ମାନ

(ଙ) ଆତ୍ମ ସିଦ୍ଧି

(ଚ) ଆତ୍ମ ଇନ୍ଦ୍ରିୟାତିତ ଅନୁଭବ

୨. ନିଜ ଆଚରଣ ଯୋଗୁଁ ଅନୁଭବ ହେଉଥିବା ସନ୍ତୋଷ ଭାବରୁ ଯେତେବେଳେ ଅଭିପ୍ରେରଣ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ତାହା ଅନ୍ତଃ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଅଟେ ।

୩. ଯେତେବେଳେ ଅଭିପ୍ରେରଣା ବାହ୍ୟ ପୁରସ୍କାର ଯୋଗୁଁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ, ତାହା ବାହ୍ୟ-ଅଭିପ୍ରେରଣା ଅଟେ ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ପାଇଁ ସୂଚନା

୧. ୯.୧ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

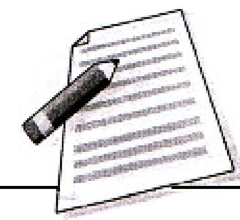
୨. ୯.୨ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୩. ୯.୩ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୪. ୯.୭ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୫. ୯.୮ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୬. ୯.୯ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।



୧୦
ପ୍ରକ୍ଷୋଭ
EMOTIONS

ଦୀର୍ଘ ସମୟ ବ୍ୟବଧାନରେ ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଆମର ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ଭେଟୁ, ଆମେ ଖୁସି ଅନୁଭବ କରୁ । ଯେତେବେଳେ ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ଶିଶୁ ତା'ର ମା'କୁ ଦୃଢ ଭାବରେ ଜାବୁଡ଼ିଧରେ ସେ ସ୍ନେହଭାବ ପ୍ରକାଶ କରେ, ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଆମମାନଙ୍କର ପିତାମାତା କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଶଂସିତ ହେଉ ଆମେ ଗର୍ବ ଅନୁଭବ କରୁ । ସେହିପରି ଆନନ୍ଦ ଓ ଦୁଃଖ, ଉତ୍ତେଜନା ଏବଂ ବିଷାଦ, ଭଲ ପାଇବା ଓ ଭୟ ଏବଂ ଅନେକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଆମର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ । ଏହି ଅଧ୍ୟାୟରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ କ'ଣ, ପ୍ରକ୍ଷୋଭଗୁଡ଼ିକ କିପରି ପରିପ୍ରକାଶ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ଏହା କିପରି ଆମର ଆଚରଣକୁ ପରିଚାଳନା କରିଥାଏ ସେ ବିଷୟରେ ଆପଣ ପଢ଼ିବେ ।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ଏହି ପାଠଟି ପଢ଼ିବା ପରେ ଆପଣ :

- ପ୍ରକ୍ଷୋଭ କ'ଣ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ;
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଅଭିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଅଭିପ୍ରେରଣା ସହ ଥିବା ସମ୍ପର୍କ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ;
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ଅନୁଭବର ଶାରୀରିକ ଭିତ୍ତିଭୂମି ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ ଏବଂ
- ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ବିଭିନ୍ନ ପରିପ୍ରକାଶ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିପାରିବେ ।

୧୦.୧ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପ୍ରକୃତି (Nature of Emotion)

ଲାଟିନ୍ ଶବ୍ଦ 'ଇମୋଭର' (emovere)ରୁ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ (emotions) ଶବ୍ଦଟି ବ୍ୟୁତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଛି, ଯାହାର ଅର୍ଥ ଉଦ୍‌ବେଳିତ, ବିକ୍ଷୋଭିତ, ଉତ୍ତେଜିତ କିମ୍ବା ଗତିଶୀଳ ହେବା । ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ କହିଲେ ଏକ ଉଦ୍‌ବେଳିତ ଅବସ୍ଥା ଯାହାକି ବ୍ୟକ୍ତିନିଷ୍ଠ ଅଭିଜ୍ଞତା ଏବଂ ଭାବଗତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତିକୁ ବୁଝାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକ ସୁଖକର କିମ୍ବା ଅସୁଖକର ହୋଇପାରନ୍ତି । ସୁଖକର ପ୍ରକ୍ଷୋଭଗୁଡ଼ିକ ଆନନ୍ଦର ଉତ୍ସ ହୋଇଥିବାବେଳେ ଅସୁଖକର ପ୍ରକ୍ଷୋଭଗୁଡ଼ିକ ଅଗ୍ରଧର୍ଷୀ ଆଚରଣ, ଭୟ, ଉଦ୍‌ବେଗ ଆଦି ବିଶୃଙ୍ଖଳ ମାନସିକ ସ୍ଥିତି ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ତିନୋଟି

ମୌଳିକ ଦିଗ ରହିଛି ।

(୧) ବୌଦ୍ଧିକ ଦିଗ (Cognitive Aspect)

ଏହା ଆମର ଚିନ୍ତନ, ବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ସହ ଜଡିତ, ଯେଉଁଗୁଡିକୁ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଭବ କରିବା ସମୟରେ ହିଁ ଆମ ସମ୍ପୃକ୍ତିକୁ ଆସିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆପଣଙ୍କର ବନ୍ଧୁ ଗୋଟିଏ ଉପନ୍ୟାସରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ଏବଂ ସ୍ଥାନଗୁଡିକର ବର୍ଣ୍ଣନାରେ ଉତ୍କୃଷ୍ଟତା ଦେଖିପାରୁଥିବା ବେଳେ ଆପଣ ଏହାକୁ ଅବାସ୍ତବ ମନେ କରିପାରନ୍ତି ।

(୨) ଶାରୀରିକ ଦିଗ (Physiological Aspect)

ଏହା ଶାରୀରିକ ସକ୍ରିୟତା ସହ ଜଡିତ । ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ଭୟ କିମ୍ବା କ୍ରୋଧ ପରି ଆବେଗ (emotions) ଗୁଡିକ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି, ଆପଣଙ୍କର ନାଡିର ଗତି, ରକ୍ତଚାପ ଏବଂ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାର ବେଗରେ ବୃଦ୍ଧି ହେଉଥିବା ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଆପଣ ମଧ୍ୟ ଘର୍ମାକ୍ତ ହୋଇପାରନ୍ତି ।

(୩) ଆଚରଣ ଦିଗ (Behavioural Aspect) :

ଏହା ବିଭିନ୍ନ ଆବେଗିକ ପରିପ୍ରକାଶକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ବାପା କିମ୍ବା ମା'ଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କର କ୍ରୋଧ କିମ୍ବା ଖୁସିଥିବା ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବେ, ଆପଣ ଦେଖିବେ ସେମାନଙ୍କର ମୁଖମଣ୍ଡଳର ପରିପ୍ରକାଶ, ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ କଣ୍ଠର ସ୍ୱର କ୍ରୋଧ, ଆନନ୍ଦ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅବସ୍ଥାରେ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

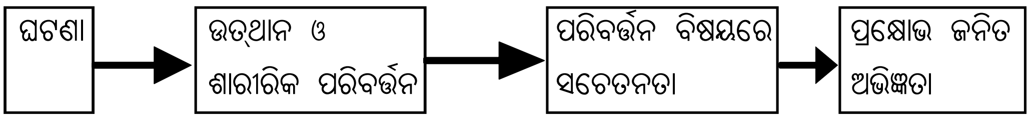
ନିମ୍ନ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅବସ୍ଥାରେ ଆପଣ କ'ଣ କରନ୍ତି, ତାଲିକା କରନ୍ତୁ

ସୁଖୀ (Happy)	ଦୁଃଖ (Sad)	ଭୟ (Afraid)
------------	------------	------------
------------	------------	------------
------------	------------	------------

୧୦.୨ ପ୍ରକ୍ଷୋଭତତ୍ତ୍ୱ (Theories of Emotion)

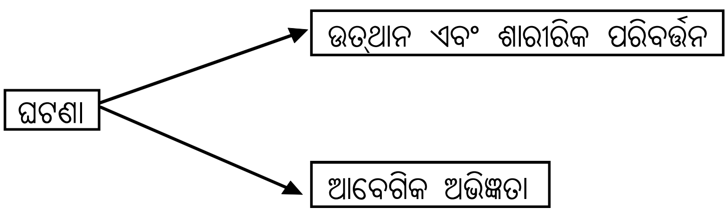
ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନେ ବିଭିନ୍ନ ଭାବରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ରୂପକୁ ବାଖ୍ୟା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଛନ୍ତି । ୱିଲିୟମ ଜେମ୍ସ (William James) ଏବଂ କାର୍ଲ ଲ୍ୟାଙ୍ଗ୍ (Carl Lange) ମତ ଦେଇଛନ୍ତି ଯେ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ଅଭିଜ୍ଞତା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଆପଣ ପ୍ରଥମେ କାନ୍ଦନ୍ତି, ତା'ପରେ ଆପଣ ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି, ପ୍ରଥମେ ଆପଣ

ଦୌଡନ୍ତି, ତା'ପରେ ଆପଣ ଭୟ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଏହି ଅନୁକ୍ରମଟି ଚିତ୍ର ୧୦.୧.ରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରାଯାଇଛି ।



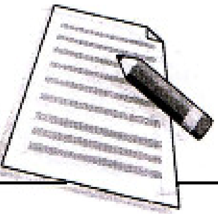
ଚିତ୍ର ୧୦.୧ (ଜେମ୍ସ ଲ୍ୟାଙ୍ଗ୍ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ତତ୍ତ୍ୱ)

କାନନ୍ ଏବଂ ବାର୍ଡ (Cannon and Bard) କହିଛନ୍ତି ଯେ ଆମେ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଘଟଣା ଅନୁଭବ କରୁ, ଆମେ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଣକୁ ଏକତ୍ର ଅନୁଭବ କରିଥାଉ ।



ଚିତ୍ର ୧୦.୨ କାନନ୍ ବାର୍ଡଙ୍କର ପ୍ରକ୍ଷୋଭଜନିତ ଅଭିଜ୍ଞତା

ଏସ୍. ସ୍କାଟର୍ (S. Schachter) ଏବଂ ଜେ.ଇ. ସିଙ୍ଗର୍ (J.E. Singer) ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେଇଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଭବ କରିବାରେ ବୌଦ୍ଧିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଯଦି ଆପଣ ବାହ୍ୟ ଉଦ୍ଦୀପକ ଦ୍ୱାରା ଉତ୍‌ଥିତ ହେବେ, ଆପଣ ଏହି ଉତ୍‌ଥାନ ଅବସ୍ଥାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିପାରିବେ ଏବଂ ଉତ୍‌ଥାନର କାରଣ ଜାଣିବା ପାଇଁ ପରିବେଶକୁ ଦୃଷ୍ଟି ନିକ୍ଷେପ କରିବେ । ତା'ପରେ ଆପଣ କେଉଁ ଆବେଗ ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି, ତାହା ଚିହ୍ନଟ କରିବେ । ଯେପରିକି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗୋଟିଏ କୁକୁର ଦ୍ୱାରା ଆତଙ୍କିତ ହେଲେ ତାଙ୍କର ଏହି ସ୍ଥିତିକୁ ଭୟ ଭାବେ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଉଥିବାବେଳେ, ଜଣେ ଛାତ୍ର ପରୀକ୍ଷାରେ ସଫଳତା ପାଇବା ଯୋଗୁଁ ଉତ୍ତେଜିତ ହେଲେ, ଏହି ସ୍ଥିତିକୁ ଆନନ୍ଦ କିମ୍ବା ସୁଖ ଭାବେ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଏ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଘଟଣା କିମ୍ବା ଉଦ୍ଦୀପକ ଦ୍ୱାରା ଉତ୍ତେଜିତ ହେଉ, ଏହା ଆମକୁ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଜନିତ ଅଭିଜ୍ଞତା ପାଇଁ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଯୋଗାଇଥାଏ । ଏହି ଉତ୍ତେଜନା ଏକ କାରଣ ଆରୋପ (attribution) ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ରୂପ ନିଏ । ମନେ କରାଯାଉ ଆପଣଙ୍କର ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡରେ ଦ୍ରୁତ ବେଗରେ କମ୍ପନ ଆରମ୍ଭ ହେଲା ଏବଂ ଆଙ୍ଗୁଠିଗୁଡିକ ଥରିବାକୁ ଲାଗିଲା । ଏହା କ'ଣ ଭୟ, କ୍ରୋଧ କିମ୍ବା ଆନନ୍ଦ କିମ୍ବା ଥଣ୍ଡାର ସ୍ପର୍ଶ ? ଯଦି ଆପଣ ଆପଣଙ୍କର ଜଣେ ବନ୍ଧୁଙ୍କ



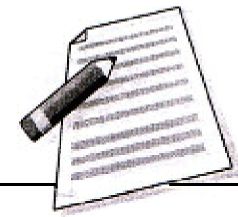
ଦ୍ୱାରା ଅପମାନିତ ହୋଇଥାନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣ ଏହି ପ୍ରତିକ୍ରିୟାକୁ 'କ୍ରୋଧ' ବୋଲି ବୁଝିବେ । ଆପଣ ଭୟ ଅନୁଭବ କରିବେ, ଯଦି ଆପଣ ହଠାତ୍ ଏକ ସାପକୁ ଦେଖିବେ ଏବଂ ଯଥାଶୀଘ୍ର ଦୌଡିବା ଆରମ୍ଭ କରିବେ। କିନ୍ତୁ ଆପଣ ଏକ ଦୌଡ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଧାଉଁଥିବାବେଳେ ଏହି ଅନୁଭବକୁ ଉତ୍ତେଜନା ଗୁଣ ଭାବରେ କାରଣ ଆରୋପ କରି ଏଥିରେ ଜିତିବା ପାଇଁ ଅଧିକ ବେଗରେ ଦୌଡିବାକୁ ଅଭିପ୍ରେରିତ ହେବେ । ଏହିପରି ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଉପରୋକ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣଙ୍କର ଶରୀର ଏକ ଉତ୍ତେଜିତ ସ୍ଥିତିରେ ରହିଛି । ପରିସ୍ଥିତି ଏବଂ କାରଣ ଆରୋପ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଭୂତ ହୁଏ ।

୧୦.୩ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପରିସର ଏବଂ ବିକାଶ (Dimensions and Development of Emotions)

ବିଭିନ୍ନ ସଂସ୍କୃତିରେ କରାଯାଇଥିବା ଆଧୁନିକ ଅଧ୍ୟୟନଗୁଡିକ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ଦୁଇଟି ପରିସରରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରାଯାଇପାରେ, ଯଥା : ଉତ୍ଥାନ (arousal) ଏବଂ ଆକର୍ଷଣ (valence) । ଏହିପରି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଉଚ୍ଚ କିମ୍ବା ନିମ୍ନମାତ୍ରାର ଉତ୍ଥାନ ଏବଂ ସକରାତ୍ମକ କିମ୍ବା ନକରାତ୍ମକ (ଯଥା : ସୁଖକର ବନାମ ଅସୁଖକର) ପ୍ରକ୍ଷୋଭଜନିତ ଅଭିଜ୍ଞତା ଥାଇପାରେ ।

ଯଦିଓ ଆବେଗାତ୍ମକ ଭାବରେ ଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାର ସାଧାରଣ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଜନ୍ମ ସମୟରୁ ଥାଏ, ଆବେଗିକ ବିକାଶ ପରିପକ୍ୱତା ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣ ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥାଏ । ଶିଶୁ ହର୍ଷ ଏବଂ କ୍ରନ୍ଦନ ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥାଏ । କଳ୍ପନା ଏବଂ ବୋଧଶକ୍ତିର ବୃଦ୍ଧି ହେବା ସଂଗେ ସଂଗେ ଗୋଟିଏ ଶିଶୁ ଅଜ୍ଞାତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଠାରୁ ନିଜ ପରିବାର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟ ଜାଣିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୁଏ ଏବଂ ଅଜ୍ଞାତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପ୍ରତି ତାର ଭୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ।

ପିତାମାତା, ସହୋଦର ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପରିବାର ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ଅନୁକରଣ କରି ଶିଶୁମାନେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପରିପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା କରିଥାନ୍ତି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, କ୍ରୋଧ ଏବଂ ଆନନ୍ଦର ପରିପ୍ରକାଶ ସାମାଜିକ ଅନୁକ୍ରିୟାରେ ବାରମ୍ବାର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରାଯାଏ ଏବଂ ଶିଶୁଟିଏ ସେଗୁଡିକୁ ପରିପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଯଦି ଆମେ କେତେକ ସଂସ୍କୃତିରେ ଆବେଗିକ ପରିପ୍ରକାଶ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଥିବାର ଦେଖୁ, ତେବେ ଆବେଗିକ ବିକାଶରେ ଶିକ୍ଷଣର ଭୂମିକା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ବାପାମାନେ ନିଜ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଖୋଲାଖୋଲି ଭାବରେ ସ୍ନେହ କରନ୍ତି ନାହିଁ, କାରଣ ଆମ ସମାଜ ଏହାକୁ ସ୍ୱାଗତ କରୁନଥିବା ବେଳେ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ଏପରି ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ନଥାଏ । ଅନ୍ଧକାର, ବିଜୁଳି, କେତେକ ପଶୁ ଏବଂ ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ଭୟ ଅଭ୍ୟାନୁକୂଳନ ପାଇଁ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦାୟୀ ରହିଥାଏ ।



କାର୍ଯ୍ୟ (Activity)

ଆପଣ ନିଜ ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ଆପଣଙ୍କୁ ଚାହିଁବା ପାଇଁ କୁହନ୍ତୁ ଏବଂ ତା'ପରେ ତାଙ୍କ ଆଡକୁ ଆପଣଙ୍କ ଜିଭ ବାହାର କରି ଦେଖାନ୍ତୁ । ଆପଣଙ୍କ ବନ୍ଧୁ ଏହାର କିପରି ଅର୍ଥ କରିବେ ? ତା'ପରେ ଆପଣ ତାଳି ମାରନ୍ତୁ ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ଏହାର ଅର୍ଥ କରିବାକୁ କୁହନ୍ତୁ । ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ଆପଣଙ୍କର ବନ୍ଧୁଙ୍କର ଏହିସବୁ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଅର୍ଥକରଣ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜଣ ଚୀନାବାସୀଙ୍କ ଠାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭିନ୍ନ ହେବ । ଚୀନର ଲୋକମାନେ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତାରେ ଥିବାବେଳେ ତାଳି ମାରନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଆମ ପାଇଁ ତାଳି ମାରିବା, ଆନନ୍ଦ ହେବାର ସଂକେତ । ସେମାନେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବା ଭାବନା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କର ଜିଭକୁ ବାହାରକୁ ବାହାର କରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଆପଣ ଏହାକୁ ଚିଡାଇବା ଅର୍ଥରେ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ।

ପ୍ରକ୍ଷୋଭର କେତେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଲକ୍ଷଣ/ବିଭାବ (Certain Important Features of Emotions)

(୧) ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କର କୌଣସି ଏକ ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା ପରିତୃପ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଆହ୍ୱାନ ମୂଳକ ହୋଇଥାଏ ଆପଣ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଆବଶ୍ୟକତାର ପରିତୃପ୍ତିରେ ଆପଣ ମଧ୍ୟ ସକରାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ।

(୨) ଏକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପ୍ରଭାବରେ ଥିବାବେଳେ ଆପଣ ମୁଖମଣ୍ଡଳର ପରିପ୍ରକାଶ, ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ପ୍ରଦର୍ଶନ, ହୃଦ୍‌କ୍ରିୟାର ତାଳରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ରକ୍ତଚାପ ଏବଂ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାର ଢ଼ାଞ୍ଚା ଆଦି ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନମାନ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ।

(୩) ଆପଣଙ୍କର ଚିନ୍ତନ, ବିଚାର, ସ୍ମରଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡିକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ ।

(୪) ଏକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅବସ୍ଥାରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ଶକ୍ତି ନିର୍ଗତ ହୁଏ, ଯାହା ଜଟିଳ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯଦି କୁକୁରଟିଏ ଆପଣଙ୍କ ପଛରେ ଦୌଡେ, ଆପଣ ସ୍ୱାଭାବିକ ବେଗ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ବେଗରେ ଦୌଡିଥାନ୍ତି ।

(୫) ଉଭୟ ପରିପକ୍ୱନ ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣ କ୍ରିୟା ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ବିକାଶ ଏବଂ ପରିପ୍ରକାଶରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରନ୍ତି ।

(୬) ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କର ସୁଖଦ ଆବେଗିକ ଅଭିଜ୍ଞତା ଥାଏ, ଆପଣ ଖୁସିରେ ଏବଂ

ଉତ୍ତମ କିମ୍ବା ସକରାତ୍ମକ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତିରେ ରୁହନ୍ତି । ବିପରୀତରେ ଅସୁଖକର ଆବେଗିକ ଅଭିଜ୍ଞତା ନକରାତ୍ମକ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ଆଡକୁ ଗତି କରେ ।

(୭) ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଅନୁଭବ ପ୍ରଥମେ ଆପଣଙ୍କର କୃତିକୁ କିଛି ପରିମାଣରେ ବୃଦ୍ଧି କରିପାରେ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ଏହା ଅତ୍ୟଧିକ ହୁଏ ଏବଂ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲୁ ରୁହେ, କୃତିର ସ୍ତରକୁ କମ୍ କରିଥାଏ ।

୧୦.୪ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଏବଂ ଅଭିପ୍ରେରଣା ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ (Relationship between Motivation and Emotion)

ଆମେ ପୂର୍ବ ବିଷୟର ଆଲୋଚନାରୁ ବୁଝିଛେ ଯେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଏବଂ ଅଭିପ୍ରେରଣା ନିବିଡ ଭାବରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ଆମ ଜୀବନର ନିତିଦିନିଆ ଅଭିଜ୍ଞତାରେ ଅଭିପ୍ରେରଣା ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ସହିତ ଉପସ୍ଥିତ ଥାଏ । ଗୋଟିଏ ପାଗଳା କୁକୁର ଗୋଡାଉଥିବାରୁ ଆପଣ ଯେତେବେଳେ ଡରିଯାନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଆପଣ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଁ ଚିତ୍କାର କରନ୍ତି । ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଭୟ ଏକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଯାହା ଏକ ଲକ୍ଷ୍ୟାଭିମୁଖୀ ଆଚରଣ (ଦୌଡିବା) ଅଟେ । ତେଣୁ ଏହା ଏକ ଅଭିପ୍ରେରଣା ପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଭୟଜନିତ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ମଧ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଆବଶ୍ୟକତାର ଫଳ । କୁକୁର ଆପଣଙ୍କର ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରତି ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରେ, ତେଣୁ ଆପଣ ଭୟ କରନ୍ତି ଏବଂ ଦୌଡନ୍ତି । ଏହିପରି ଅଭିପ୍ରେରଣା ପ୍ରକ୍ଷୋଭରେ ପରିଣତ ହୁଏ ଏବଂ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ପୁନଶ୍ଚ ମୂଳ ଅଭିପ୍ରେରଣା ସହିତ ଅନୁରୂପ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରେ ।

ସୁଖକର ଆବେଗିକ ଅନୁଭୂତି ଦେଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଆପଣ ଅଭିପ୍ରେରିତ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ଆପଣଙ୍କୁ ଅସୁଖୀ କିମ୍ବା ଦୁଃଖୀ କରାଏ, ସେହି କାର୍ଯ୍ୟ ଆପଣ ବର୍ଜନ କରନ୍ତି । ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅଭିପ୍ରେରଣା ପାଇଁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଏ । ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଯେତେ ଦୃଢ ହେବ, ଅଭିପ୍ରେରଣାର ସ୍ତର ସେତେ ଅଧିକ ହେବ । ଆପଣ ଯେତେ ଅଧିକ କ୍ରୋଧିତ ହେବେ, ଆପଣ ସେତେ ଅଧିକ ସଂଘର୍ଷ କରିବେ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୧୦.୧

(୧) ଉପଯୁକ୍ତ ଶବ୍ଦରେ ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

(କ) ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ବ୍ୟକ୍ତିର ଏକ .... ଅବସ୍ଥା ଅଟେ ।

(ଖ) ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଶକ୍ତି ଲାଟିନ୍ ଶବ୍ଦ ....ରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି ।

(ଗ) ...., ... ଏବଂ ....

ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ମୌଳିକ ଉପାଦାନ ।

(ଘ) ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅଭିପ୍ରେରଣା ପାଇଁ .... ଯୋଗାଏ ।

(ଙ) .... ଏବଂ .... ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଅଭିଜ୍ଞତାରେ ବୌଦ୍ଧିକ କ୍ରିୟାର ଗୁରୁତ୍ୱ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ ।

୨. ନିମ୍ନ ଉକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଠିକ୍ କିମ୍ବା ଭୁଲ ସୂଚାଅ ।

(କ) ପରିପକ୍ୱନ ଏବଂ ଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ବିକାଶରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରେ ।

(ଖ) ଆମର ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ବିଚାର ଉପରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର କୌଣସି ପ୍ରଭାବ ନାହିଁ ।

(ଗ) ସୁଖକର ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଅଭିଜ୍ଞତା ଉତ୍ତମ ଚିତ୍ତବୃତ୍ତି ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

(ଘ) କାନନ୍ ଏବଂ ବାର୍ଡ କହିଥିଲେ ଯେ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଏକତ୍ର ଘଟିଥାଏ ।

୧୦.୫ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଏବଂ ଶରୀର ବିଜ୍ଞାନ (Emotion and Physiology)

ଅନେକ ଶାରୀରିକ ପ୍ରଣାଳୀ ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଅନୁଭବ ସମୟରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥାନ୍ତି । ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ସ୍ନାୟୁ ସଂସ୍ଥା (Autonomic Nervous System)ର ସମବ୍ୟଥୀ ବିଭାଗ (sympathetic division) (ଉତ୍‌ଥାନ) ଏବଂ ବିଷମବ୍ୟଥୀ ବିଭାଗ (parasympathetic division) (ପ୍ରଶମିତ କରାଇବା) ଦ୍ୱାରା ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ବହୁଳ ଭାବରେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୁଏ । ଆପଣ ଏହି ସଂସ୍ଥାର ବିଶେଷ ସମ୍ପୃକ୍ତି ଜାଣିବା ପାଇଁ "ଆଚରଣର ଜୈବିକ ଆଧାର" ଅଧ୍ୟାୟକୁ (୩ୟ ଅଧ୍ୟାୟ) ଅବଲମ୍ୱନ କରିପାରନ୍ତି । ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ସ୍ଥିତିରେ ଯେଉଁ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଥାଏ, ତାହା ସମସ୍ତ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଅଙ୍ଗ ସମୂହ ଏବଂ ସ୍ନାୟୁସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଯେଉଁ ଅଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ନିବିଡ଼ ଭାବରେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଅଭିଜ୍ଞତା ସହ ଜଡ଼ିତ, ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ଅଧିଶ୍ୱେତକ (hypothalamus), ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ସ୍ନାୟୁସଂସ୍ଥା ଏବଂ ଅଧିବୃକକ୍ (adrenal gland) । ସେଗୁଡ଼ିକ ବିଷୟରେ ଅଧିକ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଉ ।

(୧) ଅଧିବୃକକ୍ ଗ୍ରନ୍ଥି (Adrenal Glands) : ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିଗୁଡ଼ିକ ମୂତ୍ରାଶୟ ନିକଟରେ ଅବସ୍ଥିତ ଥାଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ଅଧିବୃକକୀୟ ରସ କ୍ଷରଣ କରିଥାନ୍ତି । ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଉତ୍‌ଥାନ ସମୟରେ ଯେଉଁସବୁ ବିଭିନ୍ନ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟେ ତାହା ଅଧିବୃକ୍‌କୀୟ କ୍ଷରିତ ରସ ଦ୍ୱାରା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି, ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌କୁ ଅଧିକ ବାୟୁ ପ୍ରବେଶ କରିବା, ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦନର ଗତି ବଢ଼ାଇବା ଏବଂ ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ଏବଂ ପାକକ୍ରିୟାକୁ କମ୍ କରିବା । ଆମେ

ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହେଉ, ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତି ପାଇଁ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବାରେ ଏହି ଗ୍ରନ୍ଥିଗୁଡିକ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି । ଏଗୁଡିକ ସମବ୍ୟର୍ଥୀ ବିଭାଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଅଧିଶ୍ୱେତକ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଦୀପିତ ହୋଇ ଅଧିକ ପରିମାଣର ଅଧିବୃକକୀୟ ରସ କ୍ଷରଣ କରିଥାନ୍ତି ।

(୨) ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ସ୍ନାୟୁ ସଂସ୍ଥା (Autonomic Nervous System) : ଏହା ମସ୍ତିଷ୍କ ଏବଂ ମେରୁ ମଜ୍ଜାରୁ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ଯାଉଥିବା ଅନେକ ସ୍ନାୟୁକୁ ନେଇ ଗଠିତ । ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ସ୍ନାୟୁ ସଂସ୍ଥାର ଦୁଇଟି ବିଭାଗ ନିମ୍ନରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଉଛି ।

ସମବ୍ୟଥୀ ସଂସ୍ଥା (Sympathetic System) : ଉତ୍‌ଥାନ ଅବସ୍ଥାରେ ଏହି ସଂସ୍ଥା କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୁଏ ଏବଂ ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଗତିଶୀଳ କରାଏ । ଏହା ଆଖିପୁଅକୁ ପ୍ରସାରିତ କରେ (dilation to pupil), ଝାଳ ବୃହାଇଥାଏ ଏବଂ ହୃତ୍ ସ୍ପନ୍ଦନ ତଥା ପାଟିର ଶୁଷ୍କତାକୁ ବଢାଇଥାଏ ।

ବିଷମବ୍ୟଥୀ ସଂସ୍ଥା (Parasympathetic System) : ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଶାନ୍ତ ଏବଂ ଶିଥିଳ ଥାଉ ଏହି ସଂସ୍ଥା କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୁଏ । ଏହି ସଂସ୍ଥାର କ୍ରିୟାଶୀଳତା ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦନର ବେଗ ଓ ରକ୍ତଚାପ କମାଏ ଏବଂ ପାକକ୍ରିୟାକୁ ବଢାଇଥାଏ । ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ଉତ୍ଥାନ ବେଳେ ସମବ୍ୟଥ୍ୟ ସଂସ୍ଥା ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁସବୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ, ଏହି ସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟ ଫଳରେ ସେହିସବୁ କାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥାକୁ ଫେରି ଆସିଥାଏ ।

(୩) ଅଧିଶ୍ୱେତକ (Hypothalmus) : ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ସମୟର ଘଟୁଥିବା ଶାରୀରିକ ପରିପ୍ରକାଶଗୁଡିକ ଅଧିଶ୍ୱେତକ ଦ୍ୱାରା କ୍ରିୟାଶୀଳ ହୁଏ । ଏହା ମାଂସପେଶୀ ଏବଂ ଗ୍ରନ୍ଥିଗୁଡିକ ନିକଟକୁ ଆବେଗ (impulse) ଗୁଡିକୁ ପ୍ରେରଣ କରେ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅଧିଶ୍ୱେତକ ଆଘାତପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ସେ କୌଣସି ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ଅସମର୍ଥ ହୁଅନ୍ତି ।

ଉତ୍‌ଥାନ (Arousal) : ଆବେଗିକ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବାବେଳେ ଆମେ ଉତ୍ତେଜନା ଅନୁଭବ କରୁ । ଏହି ଉତ୍ତେଜିତ ଅବସ୍ଥା ଗୋଟିଏ ଉତ୍ଥାନ ଅବସ୍ଥା । ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦନ, ରକ୍ତଚାପ, ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାର ପ୍ରକାର, ଆଖି ପିତୁଳା ଆକାର ଏବଂ ଚର୍ମର ବିଦ୍ୟୁତ୍ ତଡିତ ସଂଚାରଣରୁ ଉତ୍ଥାନର ମାତ୍ରା ପରିମାପ କରିହୁଏ ।

ସ୍ୱଳ୍ପ ଉତ୍ଥାନ ଉପଯୋଗ ଅଟେ । କାରଣ ଏହା ଆମକୁ କ୍ରିୟାଶୀଳ ଏବଂ ତତ୍ପର ରଖେ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଉତ୍ଥାନ ଅବସ୍ଥାରେ (ଯେପରି କ୍ରୋଧ କିମ୍ବା ଭୟ ଅବସ୍ଥା) ଥାଉ, ଆମର କୃତି କମ୍ ହୁଏ । ସେହିପରି ଅତି ସ୍ୱଳ୍ପ ସ୍ତରର ଉତ୍ଥାନ ନିମ୍ନସ୍ତରର କୃତି ଆଣିଥାଏ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୧୦.୨

୧. ଉପଯୁକ୍ତ ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରା ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

(କ) ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ସ୍ନାୟୁ ସଂସ୍ଥାର ଦୁଇଟି ବିଭାଗ ହେଉଛି .... ଏବଂ ....

(ଖ) ଯେତେବେଳେ ଆମେ .... ହେଉ ସମବ୍ୟଥୀ ସଂସ୍ଥା ସକ୍ରିୟ ହୁଏ ।

(ଗ) ସ୍ୱଳ୍ପ ଉତ୍ଥାନ କୃତିକୁ .... କରେ ।

୨. ଉତ୍ଥାନ କ'ଣ ? ଏହାକୁ କିପରି ମାପ କରି ହେବ ?

....

....

....

କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ (Activity)

ଆପଣଙ୍କର ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ଭାବନାକୁ ବିରୋଧ କରି ଏବଂ ତାଙ୍କର ମତାମତକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରି ଉତ୍ତେଜିତ କରନ୍ତୁ । ସେ ଯେତେବେଳେ କ୍ରୋଧିତ ହେବେ ତାଙ୍କୁ ଅତି ନିକଟରୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରନ୍ତୁ । ଆପଣ ତାଙ୍କର ମୁଖ ମଣ୍ଡଳର ପରିପ୍ରକାଶ, ସ୍ୱର, ମୁଖର ରଙ୍ଗରେ କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦେଖୁଛନ୍ତି କି ?

ବର୍ତ୍ତମାନ ତାଙ୍କୁ ଖୁସି କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ଏବଂ ପୁଣିଥରେ ତାଙ୍କର ପରିପ୍ରକାଶ ଏବଂ ସ୍ୱରରେ ହେଉଥିବା ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରନ୍ତୁ । ଏହି ଦୁଇଟି ଅବସ୍ଥାରେ କିଛି ପାର୍ଥକ୍ୟ ଥିଲା କି ?

ପ୍ରକ୍ଷୋଭକାଳୀନ ଉତ୍ଥାନ ସମୟରେ ପ୍ରାଣୀର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା (Organism functioning during Emotional Arousal)

ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ (Physical changes)

ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଭବ ସମୟରେ ମୁଖମଣ୍ଡଳର ପରିପ୍ରକାଶରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟେ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ

କ୍ରୋଧ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଉ, ଆମର ମୁଖମଣ୍ଡଳ ଲାଲ ପଡିଯାଏ, ନାକପୁଡା ଏବଂ ଓଠ ଫୁଲିଯାଏ (stiffen) ଏବଂ ଆମର ସ୍ୱର ଉଚ୍ଚ, ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଏବଂ କର୍କଶ ହୋଇଯାଏ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଭୟ କରୁ ଆଖିପତା ପ୍ରସାରିତ ହୋଇ ଖୋଲିଯାଏ, ମଳିନ ପଡିଯାଏ ଏବଂ ଆଣ୍ଠୁଗୁଡିକ ଥରିପାରେ ।

ଶରୀର ଭିତ୍ତିକ/ଦୈହିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ (Physiological changes)

ଆମେ ଯେତେବେଳେ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଭବ କରୁ, ସେତେବେଳେ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ । ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦନ ଓ ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧିପାଏ ଏବଂ ବେଳେବେଳେ ପାକସ୍ଥଳୀରେ ସାମାନ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରଣା ମଧ୍ୟ ଅନୁଭବ ହୁଏ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ କ୍ରୋଧିତ ହେଉ କିମ୍ବା ଭୟ ପାଉ, ଆମର ପାକକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ, ପାଟି ଶୁଖିଯାଏ ଏବଂ ଆଖିପିତୁଳା (pipils) ପ୍ରସାରିତ ହୋଇଯାଏ । ସ୍ୱେଦ ଗ୍ରନ୍ଥି ସକ୍ରିୟ ହୋଇଯାନ୍ତି । ଚର୍ମର ବୈଦ୍ୟୁତିକ ତଡିତ ସଂଚାରଣ (conductivity) ବଢିଯାଏ ।

ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ (Psychological changes)

ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଯଥା: କ୍ରୋଧ କିମ୍ବା ଭୟ, ଆମର ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ସ୍ମରଣ ଉପରେ ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ଆମେ ଶିକ୍ଷଣ କରିବାରେ କଠିନତା ଅନୁଭବ କରୁ ଏବଂ ଆମର ଏକାଗ୍ରତା ରଖିବା କମ୍ ହୋଇଯାଏ । ଆମର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷକ୍ରିୟା ବିଖଣ୍ଡିତ ଏବଂ ସ୍ମରଣ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ (inhibited) ହୁଏ । ତେବେ ଏହିସବୁ ପରିବର୍ତ୍ତନରେ ପ୍ରାକୃତିକ (physical), ଶାରୀରିକ (physiological) ଏବଂ ମାନସିକ (psychological) ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭିନ୍ନତା ଦେଖାଦେଇପାରେ ।

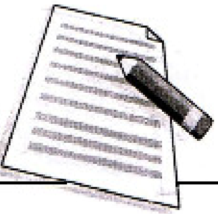
୧୦.୬ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପରିପ୍ରକାଶ (Expression of Emotion)

ଆମେ ଅନୁଭବ କରୁଥିବା ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ କେବଳ ଦୈହିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶ କରୁନାହିଁ, ବରଂ ଆମର ଆଚରଣ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଉ । ନିମ୍ନରେ ଦର୍ଶାଯାଇଥିବା ମୁଖଗୁଡିକୁ ଚାହିଁ । ଏହି ମୁଖଗୁଡିକରେ ଯେଉଁ ପରିପ୍ରକାଶଗୁଡିକ ଦର୍ଶାଯାଇଛି, ସେଗୁଡିକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ।

ଅଣବାଚନିକ ଯୋଗାଯୋଗ ପାଇଁ ମୁଖମଣ୍ଡଳୀୟ ପରିପ୍ରକାଶଗୁଡିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଆମେ ନିବିଡତା, ଆନୁଗତ୍ୟ ଭାବ ଏବଂ ପ୍ରଭାବୀ ମନୋବୃତ୍ତିକୁ ନିବୃତ୍ତ ଚାହାଣୀ କିମ୍ବା ସ୍ଥିରଦୃଷ୍ଟି ମାଧ୍ୟମରେ ଭାବ ବିନିମୟ କରିପାରିବା । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ଷୋଭରୁ ଦୁର୍ବୋଧ ଅର୍ଥ ବାଖ୍ୟା କରିବାକୁ ଆମେ ଅଣବାଚନିକ ସଂକେତଗୁଡିକୁ ଉତ୍ତମ ରୂପେ ପ୍ରୟୋଗ କରିପାରିବା । ଆମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେକ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଏହି ଅଣ ବାଚନିକ ସଂକେତ ପ୍ରତି ଅଧିକ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଅଟୁ । ସଂସ୍କୃତି ଭିତ୍ତିରେ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଗବେଷକମାନେ ମୌଳିକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର

ଚିତ୍ର ୧୦.୩ ମୁଖଗତ ପରିପ୍ରକାଶ : ଉତ୍ତେଜିତ, ଖୁସି ଏବଂ କ୍ରୋଧ ଆବେଗିକ ଅବସ୍ଥା

ପରିପ୍ରକାଶ ପାଇଁ କେତେକ ସାଧାରଣ ମୁଖମଣ୍ଡଳୀୟ ଭାଷା ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି । ଭାରତ ଭଳି ଗୋଷ୍ଠୀ ଭିତ୍ତିକ ସଂସ୍କୃତିରେ ଅନ୍ତଃ ନିର୍ଭରଶୀଳତାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ ଏବଂ ନକରାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ତୀବ୍ର ପରିପ୍ରକାଶ ମଧ୍ୟ ସ୍ୱଳ୍ପ ଦେଖାଯାଏ । ଲୋକମାନେ କରୁଥିବା ପରିପ୍ରକାଶ କେବଳ ଭାବ ସଂଯୋଗ କରେ ନାହିଁ ବରଂ ଅନୁଭୂତ ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ତୀବ୍ରତର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତି । ଏହିପରି ଅଭିଜ୍ଞାନ, ଶରୀର ବିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଦୈହିକ ପରିପ୍ରକାଶର ପାରସ୍ପରିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାରୁ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଭାରତବର୍ଷରେ ପଞ୍ଚମ ଶତାବ୍ଦୀର କୌଣସି ଏକ ସମୟରେ ଭରତ ଋଷିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପରିପ୍ରକାଶ ପ୍ରଣାଳୀବଦ୍ଧ ଭାବରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇଛି । ସେ ନାଟ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରରେ ଆଠପ୍ରକାର ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି । ଯାହାକୁ ସଫଳ ଭାବରେ 'ରସ'ରେ ଅନୁବାଦ କରାଯାଇପାରେ । ଏହି ରସର ଅର୍ଥ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟାତ୍ମକ ଆନନ୍ଦ । ଏହି ଅଧ୍ୟାୟର ଶେଷର ଦର୍ଶାଯାଇଥିବା ଚିତ୍ରରେ ସେଗୁଡିକରୁ କେତେକକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ଭାରତନାଟ୍ୟମ୍ ନୃତ୍ୟ ସମୟରେ ଏହି ଚିତ୍ରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରସକୁ ମୁଖମଣ୍ଡଳର ପରିପ୍ରକାଶ ମାଧ୍ୟମରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି । ରସ ଏବଂ ସେହି ଚିତ୍ରଗୁଡିକରେ ନର୍ତ୍ତକୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଚିତ୍ରଣ ହୋଇଥିବା ଅନୁରୂପ ପ୍ରକ୍ଷୋଭଗୁଡିକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ।



ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ପରିପ୍ରକାଶରେ ମୁଖ୍ୟ ରୂପ ନିମ୍ନଲିଖିତକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରେ ।

(୧) ଆତଙ୍କିତ ଅନୁକ୍ରିୟା (Startle Response) : ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କ ବନ୍ଧୁ ଗଭୀର ଚିନ୍ତାରେ ଥିବେ, ନିରବରେ ଆପଣ ବନ୍ଧୁଙ୍କ ନିକଟକୁ ଚାଲିଚାଲି ଯାଆନ୍ତୁ ଏବଂ 'ବୁଃ' କହି ଚିତ୍କାର କରନ୍ତୁ । ଆପଣ ଦେଖିବେ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ବନ୍ଧୁ ତ୍ୱରିତ ଚକ୍ଷୁ ବନ୍ଦ କରିଦେବେ । ଏବଂ ପାଟିକୁ ମେଲା କରିଦେବେ । ତାଙ୍କର ଓଠ ଗୋଟିଏପଟକୁ ଢଳିଯିବ ଏବଂ ହାତର ସମ୍ମୁଖ ଭାଗ ଓ ଗୋଡ ବଙ୍କା ହୋଇଯିବ । ଏହି ଅନୁକ୍ରିୟା ଏକ ସହଜାତ ଅନୁକ୍ରିୟା ।

(୨) ମୁଖମଣ୍ଡଳଗତ ପରିପ୍ରକାଶ (Facial Expression) : ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ମୁଖମଣ୍ଡଳଗତ ପରିପ୍ରକାଶ ଗୁଣ ରହିଛି । ଆଖି, ନାକ, ଓଠ ଏବଂ କପାଳ ବକ୍ର ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ସ୍ପନ୍ଦିତ ହୁଏ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଆକାର ଗ୍ରହଣ କରେ । ମୁଖମଣ୍ଡଳର ପରିପ୍ରକାଶ ପ୍ରକ୍ଷୋଭଜନିତ ପ୍ରକାଶର ତିନୋଟି ଆକାର (dimension) ନିଏ ।

ପ୍ରୀତିକର-ଅପ୍ରୀତିକର (Pleasantness-unpleasantness) : ମୁଖମଣ୍ଡଳର ପରିପ୍ରକାଶ ପ୍ରୀତିକର ଅନୁଭବ ଉପସ୍ଥାପନା କରେ (ଯଥା ମୃଦୁହାସ୍ୟ ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ହାସ୍ୟ) କିମ୍ବା ଅପ୍ରୀତିକର (ଦୁଃଖିତ ଚାହାଣୀଟିଏ)

ମନଯୋଗ-ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ (Attention-Rejection) : ଖୋଲା ଆଖି ଏବଂ ଖୋଲା ପାଟି ମାଧ୍ୟମରେ ମନଯୋଗ ଭାବପ୍ରକାଶ ହୁଏ । ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ ଭାବ ଆଖି, ଓଠ ଏବଂ ନାକପୁଡାର ସଂକୋଚନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହୁଏ ।

ନିଦ୍ରା-ବେଦନା (sleep-tension) : ଆପଣ ଯେତେବେଳେ ଶୁଅନ୍ତି ଏବଂ ଯେତେବେଳେ କ୍ରୋଧ କିମ୍ବା ଉଦ୍‌ବେଗ ମଧ୍ୟରେ ରୁହନ୍ତି, ଏହା ଶିଥିଳତା ଏବଂ ବେଦନା କିମ୍ବା ଉତ୍ତେଜନାର ସ୍ତରକୁ ବୁଝାଏ ।

(୩) ସ୍ୱରର ପରିପ୍ରକାଶ (Vocal Expression) : ଲୋକମାନେ ସ୍ୱର ମାଧ୍ୟମରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପରିପ୍ରକାଶ କରିଥାନ୍ତି । ଆପଣ ନିଶ୍ଚୟ ଦେଖିଥିବେ ଯେ ଦୁଃଖିତ ଥିବାବେଳେ ଆପଣଙ୍କର ସ୍ୱର ଥରେ ଏବଂ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଆପଣ ଯନ୍ତ୍ରଣାରେ ଥିବାବେଳେ ଆର୍ତ୍ତନାଦ (groom) କରୁଥିବେ ଏବଂ କ୍ରୋଧ ଅବସ୍ଥାରେ ଆପଣଙ୍କର ସ୍ୱର ଉଚ୍ଚ ଏବଂ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଥିବ ।

(୪) ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ଶରୀର ଠାଣି (Gesture & Posture) : ଆନନ୍ଦ ଥିବା ସମୟରେ ଆପଣ ଯେଉଁ ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ଶରୀରର ଠାଣି ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତି, ତାହା ଦୁଃଖ ସମୟର ପରିପ୍ରକାଶ ଅପେକ୍ଷା ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଆପଣ ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରିବା ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କ ମୁଖକୁ ତଳକୁ କରିଥାନ୍ତି । ଆନନ୍ଦ ଥିବା ସମୟରେ ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ମଥା ଉଚ୍ଚକୁ ରଖିଥାନ୍ତି ଏବଂ

ଅଙ୍ଗଠାଣି ସିଧା କରନ୍ତି । ଭୟରେ ଆପଣ ଦୌଡିଥାନ୍ତି କିମ୍ବା ସେହି ସ୍ଥାନରେ ତଳେ ପଡିଯାନ୍ତି । ଆମ ଚାରିପାଖରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ଠାରୁ ଆମେ ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ଶରୀରର ଠାଣି ଶିକ୍ଷଣ କରୁ । ତେଣୁ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପରିପ୍ରକାଶରେ ସମାଜଗୁଡିକରେ ଭିନ୍ନ ଶୈଳୀ ରହିଛି ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୧୦.୩

୧. ଏକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅବସ୍ଥାରେ କ'ଣ ସବୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦେଖାଯାଏ ?

....

....

....

୨. ଉପଯୁକ୍ତ ଶବ୍ଦରେ ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

(କ) ଦୁଃଖ ସମୟରେ ଜଣଙ୍କର ସ୍ୱର................ ଏବଂ .... ହୁଏ ।

(ଖ) ଦୃଢ ପ୍ରକ୍ଷୋଭରେ ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ବିଚାର କରଣ .... ଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଅନ୍ତି ।

୩. ନିମ୍ନ ଉକ୍ତିଗୁଡିକ 'ଠିକ୍' କିମ୍ବା 'ଭୁଲ' ବୋଲି ଦର୍ଶାଅ ।

(କ) ଆମେ ସମାଜ ଓ ସଂସ୍କୃତିରୁ ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଶିଖୁ । ଠିକ୍/ ଭୁଲ

(ଖ) ଯେତେବେଳେ ତୁମେ ଦୁଃଖିତ ଥିବ ତୁମର ସ୍ୱର ଉଚ୍ଚ ହୋଇଥାଏ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

(ଗ) ଆମେ ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଏବଂ ଶରୀରର ଠାଣି ଆମ ସମାଜରୁ ଶିଖିଥାଉ । ଠିକ୍/ଭୁଲ

୧୦.୭ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ (Major Emotions)

ପରିବେଶରେ ଆମେ ଯେତେବେଳେ ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତି ଏବଂ ବସ୍ତୁ ସହ ସମ୍ପର୍କ ରଖୁ ସେତେବେଳେ ଆମେ ଅନେକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ବିକାଶ କରିଥାଉ ।

(୧) ଭୟ (Fear) : ଯେଉଁ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଶାରୀରିକ ଆତଙ୍କ ଭାବେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରାଯାଏ, ତାହା ଭୟର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଭୟ ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ପରିସ୍ଥିତି ବୟସ ବଢିବା ସହ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୁଏ । ଶୈଶବରେ ଆମେ ଅପରିଚିତ ବସ୍ତୁ କିମ୍ବା ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ, ସମର୍ଥନ ହରାଇବା ପରିସ୍ଥିତି, ଅନ୍ଧକାର

ଏବଂ ଭୂତ ଇତ୍ୟାଦିକୁ ଭୟ କରିଥାଉ । କିଶୋର ବୟସରେ ଭୟ ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ଉଦ୍ଦୀପକଗୁଡିକର ପ୍ରକୃତି ମୁଖ୍ୟତଃ ସାମାଜିକ (ଯଥା : ପଦାଧିକାରୀଙ୍କ ଠାରେ ଭୟ, ପିତାମାତାଙ୍କ ସମାଲୋଚନା, ସାଙ୍ଗସାଥୀଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ, ବିଫଳତା ଭୟ)

ପରିପକ୍ୱନ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅଭିଜ୍ଞତାଗୁଡିକ ଭୟର ବିକାଶ ପାଇଁ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଶିଶୁମାନେ ସେମାନଙ୍କର ପିତାମାତା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପରିବାର ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ଅନୁକରଣ କରି ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଶିକ୍ଷଣ କରିଥାନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ବର୍ଷେ କିମ୍ବା ଦୁଇବର୍ଷର ଶିଶୁର ସର୍ପ ଭୟନଥାଏ କିନ୍ତୁ ବଡ ପିଲାମାନେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୟ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଭୟ ମଧ୍ୟ ଅଭ୍ୟନୁକୂଳନ ମାଧ୍ୟମରେ ବିକଶିତ ହୋଇପାରେ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ଭୟ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଠାରୁ କେତେକ ପରିମାଣରେ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଯଦି ଶୈଶବରେ କେହି ଜଣେ ଗହଳି ଭିତରେ ହଜିଗଲା, ତାଙ୍କର ଜନଗହଳି ପ୍ରତି ଭୟ ବିକଶିତ ହୋଇପାରେ । ଆପଣ ନିଶ୍ଚେ ଆପଣଙ୍କ ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ସମାନ ପ୍ରକାର ଭୟ ଥିବାର ଦେଖିଥିବେ, ଯେପରି ଝିଟିପିଟି ଏବଂ ଅନ୍ଧକାର ପ୍ରତି ଥିବା ଭୟ ଇତ୍ୟାଦି । ଯେତେବେଳେ ଏହି ଭୟ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୁଏ, ସେଗୁଡିକୁ ଆତଙ୍କ (phobia) କୁହାଯାଏ । ସେଗୁଡିକ ଭିତ୍ତିହୀନ (unfounded) ଭୟ । ସାଧାରଣତଃ ଲୋକମାନେ ଭୟ ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ପରିସ୍ଥିତି ଠାରୁ ଦୂରେଇଯାଇ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାନ୍ତି ।

(୨) ଉଦ୍‌ବେଗ (Anxiety) : ଉଦ୍‌ବେଗ ମନରେ ଏକ ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ଅସୁଖକର ସ୍ଥିତି । ଉଦ୍‌ବେଗ ଅବସ୍ଥାରେ ଏକ ଅସ୍ପଷ୍ଟ ଭୟ କିମ୍ବା ଏକ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନ ବୋଧଶକ୍ତି (apprehension) ଉପସ୍ଥିତି ହୁଏ । ଆପଣ ସଠିକ୍ କାରଣ ଜାଣିନଥିଲେ, ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନ ଅନୁଭବ କରିପାରନ୍ତି । ଭୟ ଏବଂ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟ ଅନେକ ସମୟରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିସ୍ଥିତିର ସମ୍ପୃକ୍ତିକୁ ବୁଝାଏ । ଆପଣ ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ଥିତିରେ ଭୟର କାରଣ ଚିହ୍ନଟ କରିପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଉଦ୍‌ବେଗ ପୂର୍ବାନୁମାନ କିମ୍ବା କାଳ୍ପନିକ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ ।

ଯେତେବେଳେ ଆପଣ କୌଣସି କ୍ଷତିକାରକ କିମ୍ବା ଆତଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ଘଟଣାକୁ ପୂର୍ବାନୁମାନ କରନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ଆପଣ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ଉଦ୍‌ବେଗ ଉପଲବ୍ଧି ଏକ ଭୟସୃଷ୍ଟିକାରୀ ଉଦ୍ଦୀପକର ଅଚେତନ ସ୍ମୃତି ହୋଇପାରେ । ଭୟ ଶିକ୍ଷଣ କରିଥିବା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅସୁଖକର ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଆମେ ଭୁଲିଯାଇପାରୁ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ସମାନ ପ୍ରକାର ପରିସ୍ଥିତିର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା ଅନୁଭବ କରୁ, ଯଦିଓ ଆମେ ସେପରି ଅନୁଭବ କରିବାର କାରଣ ଜାଣିପାରୁନାହିଁ। ଉଚ୍ଚମାତ୍ରାର ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା ଆମର କୃତି ଏବଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ଅଟେ । ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା ମାନସିକ ବିକୃତିର ରୂପ ନେଇପାରେ ।

(୩) ଆନନ୍ଦ (Pleasure) : ଆନନ୍ଦ କିମ୍ବା ସୁଖ ଏକ ସକାରୀ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଯାହାକି

ଅନୁଭବକାରୀଙ୍କୁ ସନ୍ତୋଷ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଆବଶ୍ୟକତା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବାର ସନ୍ତୁଷ୍ଟି କିମ୍ବା ଲକ୍ଷ୍ୟପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥିବା ଯୋଗୁଁ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ ଏକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଅଟେ । ଆମେ ଯେତେବେଳେ ଖୁସିଥାଉ ଏବଂ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ଭାବରେ ହସିଥାଉ, ଆମ ମୁଖମଣ୍ଡଳରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟି ହେବାର ଏକ ସ୍ୱଷ୍ଟ ପରିପ୍ରକାଶ ଦେଖାଦିଏ । ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ଶିଶୁ ଅସ୍ଫୁଟ ଭାଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଆନନ୍ଦ ଭାବ ପ୍ରକାଶ କରେ । ସମାଜ ଗ୍ରହଣଯୋଗ୍ୟ ଆନନ୍ଦ ଭାବର ପରିପ୍ରକାଶ ଶୈଳୀ ସେମାନେ ଶିକ୍ଷଣ କରନ୍ତି । ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତରରେ ନାନା ପ୍ରକାର ଉତ୍ସରୁ ଲୋକମାନେ ଆନନ୍ଦ ଲାଭ କରନ୍ତି । ଛୋଟ ଶିଶୁମାନେ ଶରୀରର ଦୃଢତା, କୁତୁକୁତୁ କରିବା ଇତ୍ୟାଦି ଅନୁଭୂତିରୁ ଆନନ୍ଦ ପାଉଥିବାବେଳେ ବୟସ୍କମାନେ ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ସଫଳତା ଲାଭ କରିବାରୁ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭୂତି ପାଇଥାନ୍ତି । ଯେଉଁ ଶିଶୁମାନଙ୍କର ଘର, ବିଦ୍ୟାଳୟ ଏବଂ ପଡୋଶୀ ପରିବେଶ ଆନନ୍ଦ ଦାୟକ ସେମାନେ ଅସୁଖକର ପରିବେଶରେ ବଞ୍ଚିଥିବା, ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ କରୁଥିବା ଏବଂ ଅସୁଖକର ପରିବେଶରେ ଖେଳୁଥିବା ଶିଶୁମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ସୁଖ ଅନୁଭୂତି ପାଆନ୍ତି ।

(୪) ସ୍ନେହ (Affection) : ଏହା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି, ଗୋଟିଏ ପଶୁ କିମ୍ବା ଏ ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ସୁଖଦାୟକ ଆବେଗିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରଦର୍ଶନ ଅଟେ । ଏହା ସୁଖକର ଅନୁଭୂତିର ପରିଣାମସ୍ୱରୂପ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ନେହ ପରିପ୍ରକାଶର ସବୁଠାରୁ ପୁରାତନ ଭିତ୍ତି ମାତାର ଶରୀରର ଉଷ୍ଣତା ଏବଂ ମାତା ଆଦର କରି ଧରିବା କିମ୍ବା ନିବିଡ ଭାବରେ ଜାକି ଧରିବା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି କିମ୍ବା ବସ୍ତୁ ସହ ଶିଶୁର ସ୍ନେହ ସଂଯୁକ୍ତ ହେବ, ଶିକ୍ଷଣ ତାହା ସ୍ଥିର କରିବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଶିଶୁମାନେ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ, ପାଳିତ ପଶୁ ଏବଂ ଖେଳଣାପ୍ରତି କୌଣସି ଭେଦଭାବ ନରଖି ସ୍ନେହ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥାନ୍ତି । କିଶୋର ଅବସ୍ଥା ଉପନୀତ ହେଲେ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ନେହ ପାଳିତ ପଶୁମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଲୋକାଭିମୁଖୀ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ନେହଶୀଳ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କାହାରି ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଗୀତ ଗାଇବା କିମ୍ବା ଅନୁରୋଧ କରିବା ଆଚରଣରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । ଥାପୁଡାଇବା, ଜାବୁଡି ଧରିବା, ମୌଖିକ ପରିପ୍ରକାଶ, ସୁରକ୍ଷା ଦେବା ଏବଂ ସ୍ନେହ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ଆଚରଣ ମାଧ୍ୟମରେ ସ୍ନେହ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ ।

ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ୧୦.୪

ଉପଯୁକ୍ତ ଶବ୍ଦରେ ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କର ।

୧. ଭୟ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ପରିସ୍ଥିତି............. ସହ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୁଏ ।

୨. ଭୟ .... ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ହୋଇଥିବାବେଳେ ଭଲ ପାଇବା............. ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ।

୩. ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନ .... କିମ୍ବା .... ପରିସ୍ଥିତି ଯୋଗୁଁ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ।

୪. ଉଦ୍‌ବେଗର କାରଣ ଭୟ ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ଉଦ୍ଦୀପକର .... ସ୍ମୃତି ହୋଇପାରେ ।

ଆବେଗାତ୍ମକ/ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ସକ୍ଷମତା (Emotional Competence)

ସାମ୍ପ୍ରତିକ ବର୍ଷମାନଙ୍କରେ ଅଭିଜ୍ଞାନ କିମ୍ବା ବିଚାର ଶକ୍ତି ଏବଂ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ମଧ୍ୟରେ ଦୂରତା କମିଯାଉଛି । ବିଚାରଯୋଗ୍ୟ ଯେ ବ୍ୟକ୍ତିର ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଆବେଗାତ୍ମକ ସକ୍ଷମତା, ଆବେଗାତ୍ମକ ପରିପକ୍ୱତା ଏବଂ ଆବେଗାତ୍ମକ ବୃଦ୍ଧି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ । ଏଥିପାଇଁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଆବେଗକୁ ବୁଝିବା ଆବଶ୍ୟକ ଏବଂ ସାମାଜିକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆବେଗର ପରିପ୍ରକାଶ, ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଏବଂ ପରିଚାଳନା କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷଣ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆବେଗିକ ସକ୍ଷମତାର ବୃଦ୍ଧି ବ୍ୟକ୍ତିର ସମଗ୍ର ସକ୍ଷମତାର କେନ୍ଦ୍ର ବୋଲି ମାନିବାକୁ ହେବ । ସାମ୍ପ୍ରତିକ ସମୟରେ ଗବେଷକମାନେ ଆବେଗିକ ବୃଦ୍ଧିକୁ ଉନ୍ନତ କରିବାକୁ ଆଗ୍ରହ ଦେଖାଇଛନ୍ତି ।

ଆପଣ କ'ଣ ଶିଖିଲେ ?

- ଆବେଗ ଏକ ଉଦ୍‌ବେଳିତ ଅବସ୍ଥା, ଯାହା ମନୁଷ୍ୟର ଆଚରଣକୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପଥରେ ପରିଚାଳିତ କରେ । ଅଭିପ୍ରେରଣ ଏବଂ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ନିବିଡ ଭାବରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ । ସ୍ୱୟଂକ୍ରିୟ ସ୍ନାୟୁସଂସ୍ଥା ଏବଂ ଅଧିଶ୍ୱେତକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ଅନୁଭବ ଏବଂ ପରିପ୍ରକାଶ କରିବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।

- ବ୍ୟକ୍ତିନିଷ୍ଠ, ଶାରୀରିକ ଏବଂ ମାନସିକ ପରିବର୍ତ୍ତନଗୁଡିକ ଆବେଗିକ ସ୍ଥିତି ସହ ରହିଥାଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ହୃଦ୍ ସ୍ପନ୍ଦନରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାର ଢାଞ୍ଚା ଇତ୍ୟାଦି ଅଟେ ।

- ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ବାଖ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ଜେମ୍ସ ଏବଂ ଲ୍ୟାଙ୍ଗ ମତ ଦେଇଥିଲେ ଯେ ଶରୀର ସ୍ଥିତିରେ ହେଉଥିବା କେତେକ ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ହେଉଛି ପ୍ରକ୍ଷୋଭ । କାନନ୍ ବାର୍ଡ-ତତ୍ତ୍ୱ ମତପୋଷଣ କରିଛି ଯେ ଉଦ୍ଦୀପକ ଘଟଣାଟି ଉଭୟ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷକୁ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଏହି ଘଟଣା ଅତି କମ୍ ସମୟ ବ୍ୟବଧାନରେ ଘଟିଥାଏ । ସ୍କାଟର୍-ସିଙ୍ଗର୍ ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରସ୍ତାବ ରଖିଛନ୍ତି ଯେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପରିବେଶକୁ ଭିତ୍ତିକରି ଗୋଟିଏ ବାହ୍ୟ ଉଦ୍ଦୀପକ ଦ୍ୱାରା ଉତ୍ଥିତ ହୁଅନ୍ତି, ପରିବେଶ ଅନୁଯାୟୀ ଉତ୍ଥାନ ଅବସ୍ଥାକୁ ମୂଲ୍ୟାୟନ କରନ୍ତି ଏବଂ ପ୍ରକ୍ଷୋଭକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିଥାନ୍ତି ।

- ଗୁଣ ଆରୋପ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ୱାରା ଅବିଭେଦିତ ଉତ୍ଥାନ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଆବେଗର ଆକାର ନେଇଥାଏ । ତା'ପରେ ଏହା ଲୋକଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ଅନୁଯାୟୀ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରିଥାଏ ।

- ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ମୁଖମଣ୍ଡଳ, ସ୍ୱରର ପରିପ୍ରକାଶ, ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ଶରୀରର ଠାଣିକୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରି ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ପରିପ୍ରକାଶକୁ ବୁଝିହୁଏ ।

- ଭୟ ଏବଂ ଉଦ୍‌ବେଗ ଦୁଇଟି ନକରାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଢାଞ୍ଚା । ଭୟ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅବସ୍ଥାଟିରୁ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବାବେଳେ ଉଦ୍‌ବେଗ କାଳ୍ପନିକ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ।

- ଗୋଟିଏ ତୀବ୍ର ଅବିରତ ଭୟ ଆତଙ୍କରେ ପରିଣତ ହୁଏ ଏବଂ ଏହାର ମାତ୍ରା କମ୍ ଥିଲେ ଉତ୍ତମ, ମାତ୍ର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ହେଲେ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ ।

- ଆନନ୍ଦ ଏବଂ ସ୍ନେହ ସକରାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଉଦାହରଣ । ଆନନ୍ଦ ଅଭିପ୍ରେରଣର ପରିତୃପ୍ତି ପାଇଁ ଏକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଏବଂ ଏହା ମୃଦୁହାସ ତଥା ପ୍ରକାଶ୍ୟ ହର୍ଷ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । ସ୍ନେହ ଗୋଟିଏ ବ୍ୟକ୍ତି, ପଶୁ କିମ୍ବା ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ସୁଖଦ ଅନୁଭୂତିର ଆବେଗାତ୍ମକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଅଟେ । ଏହା ସ୍ନେହ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଯତ୍ନ ନେବା, ତାଙ୍କୁ ଥାପୁଡାଇବା, ଗଳାରେ ଲଗାଇବା, ସୁରକ୍ଷା ଦେବା ଏବଂ ମୌଖିକ ପ୍ରଶଂସା କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଏ ।

- ଫଳପ୍ରଦ ଭାବରେ ବଞ୍ଚିବା ଏବଂ ବଢିବା ପାଇଁ ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ସକ୍ଷମତାର ବିକାଶର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ପ୍ରକ୍ଷୋଭ ନିଶ୍ଚୟ ବୁଝିବା ଏବଂ ସେଗୁଡିକର ସଠିକ୍ ପରିଚାଳନା କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଅନ୍ତିମ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

୧. ପ୍ରକ୍ଷୋଭ କ'ଣ ? ସକାରାତ୍ମକ ଏବଂ ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ଉଦାହରଣ ଦିଅ ।

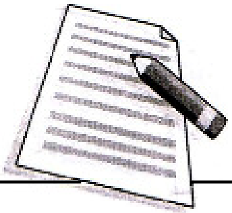
୨. ଗୋଟିଏ ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ସାଧାରଣ ଗୁଣଗୁଡିକ ବର୍ଣ୍ଣନା କର

୩. ପ୍ରକ୍ଷୋଭ କିପରି ଅଭିପ୍ରେରଣା ସହ ଜଡିତ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ।

୪. ଆବେଗିକ ଆଚରଣରେ ଶାରୀରିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାଗୁଡିକର ଭୂମିକା ଆଲୋଚନା କର ।

୫. ପ୍ରକ୍ଷୋଭର ମୁଖମଣ୍ଡଳଗତ ଏବଂ ସ୍ୱରର ପରିପ୍ରକାଶ ବର୍ଣ୍ଣନା କର ।

୬. ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ସକ୍ଷମତା କ'ଣ ?



ପାଠଗତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର ଉତ୍ତର

୧୦.୧

୧. (କ) ଉଦ୍‌ବେଳିତ (ଖ) ଇମୋଭେର

(ଗ) ଜ୍ଞାନାତ୍ମକ, ଶାରୀରିକ ଏବଂ ଆଚରଣଗତ

(ଘ) ଶକ୍ତି (ଙ) ଏସ୍. ସ୍କାଟର୍ ଏବଂ ଜେଇ ସିଙ୍ଗର୍

୨. (କ) ଠିକ୍ (ଖ) ଭୁଲ (ଗ) ଠିକ୍ (ଘ) ଠିକ୍

୧୦.୨

୧. (କ) ସମବ୍ୟଥୀ ବିଭାଗ, ବିଷମବ୍ୟଥୀ ବିଭାଗ

(ଖ) ଉତ୍ତେଜିତ (ଗ) ବୃଦ୍ଧି

୨. ଉତ୍ତେଜିତ ଅନୁଭବ ଏକ ଆବେଗିକ ସ୍ଥିତି ଯାହାକୁ ଉତ୍ଥାନ କୁହାଯାଏ । ଏହାକୁ ଜଣଙ୍କର ହୃଦ୍ ସ୍ପନ୍ଦନ, ରକ୍ତଚାପ, ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା, ଆଖି ପିତୁଳାର ଆକାର ଏବଂ ଚର୍ମର ଜଡିତ୍ ପ୍ରବାହରେ ସଂଚରଣ ଦ୍ୱାରା ମାପ କରାଯାଏ ।

୧୦.୩

୧. ପ୍ରକ୍ଷୋଭାତ୍ମକ ସ୍ଥିତିରେ ଘଟୁଥିବା ପରିବର୍ତ୍ତନଗୁଡିକ ହେଉଛି ଶାରୀରିକ ଦୈହିକ ଏବଂ ମାନସିକ

୨. (କ) ଥରେ, ଭାଙ୍ଗି (ଖ) ପ୍ରତିକୂଳ ଭାବରେ

୩. (କ) ଠିକ୍ (ଖ) ଭୁଲ (ଗ) ଠିକ୍

୧୦.୪

(କ) ବୟସ (ଖ) ନକରାତ୍ମକ, ସକରାତ୍ମକ

(ଗ) କାଳ୍ପନିକ, ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିବା

(ଘ) ଅଚେତନ

ଅନ୍ତିମ/ ଶେଷ ପ୍ରଶ୍ନଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ ସୂଚନା

୧. ୧୦.୧ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୨. ୧୦.୩ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୩. ୧୦୪ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୪. ୧୦.୫ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୫. ୧୦.୬ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।

୬. ୧୦.୭ ବିଭାଗ ଦେଖନ୍ତୁ ।